



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W1KG22268	ImageGroup:	I1KG22334
LCCN:	99955509	ISBN:	n/a

Title:	འཇམ་གླིང་ཡང་རྩེ་འི་བོ་གཙུག་པོ། 'jam gling yang rtse'i bro gzhas/
Author:	n/a
Descriptor:	n/a
Original Publication:	'jam gling yang rtse'i bro gzhas/;1-4
Place:	dharamsala, h.p.
Publisher:	bod gzhung zlos gar/
Date:	1999-<2007>
Volume:	4
Total Volumes:	4
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 8/2015

D30591

ཉེན་མཆོད་

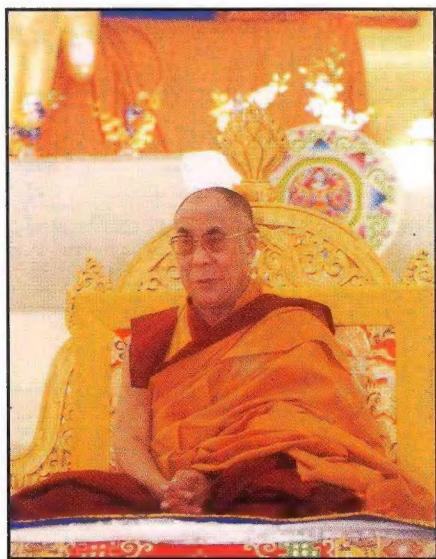
འཕགས་ཀྱི་ཡུལ་འཕེལ་



དེབ་ཐེང་བཞི་པ།

བོད་རྒྱལ་ལོ་ ༡༩༩༩ གྱུ་ལོ་ ༢༠༠༧ ལོར་

བོད་གཞུང་གྲོས་ཁང་ནས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས།



༡༣། །ང་ཚེ་བཙན་བྱེད་པ་ཆགས་ནས་མིའི་ལུང་པར་ལས་འགན་
གལ་ཆེ་ཤོས་དེ་སོ་སོའི་མི་རིགས་སྤངས་སྦྱོབ་བྱེད་ཀྱི་དང་། གཙོ་བོར་
བོད་མི་རིགས་ཀྱི་ཆོས་དང་། རིག་གཞུང་སྤངས་སྦྱོབ་བྱེད་ཀྱི་ཡིན་སྐབས་
༡༩༥༩ ལོ་ནས་ང་ཚོས་ལྷོས་གར་ཐོག་དོ་སྤངས་བྱས་ཡོད་པ་རེད།

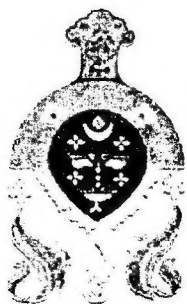
༡༩༩༣།༤།༡༠ ཉིན་སྤྱི་ནོར་ཡལོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ནས་ཞོ་སྟོན་

ཉིན་དང་པོར་བཀའ་སློབ་སྤྲུལ་བ་ལས་དྲངས་པའོ།།

བོད་ཀྱི་དཔེ་མཛད་པ་

༡༡། །འཇམ་སྒྲིང་ཡང་ཕྱི་འོ་བོ་

གནས་བཞུགས་སོ།།



དེབ་སྒྲིང་བཞི་པ།

བོད་གཞུང་སྒྲིལ་གར་ནས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས།

༡༠༠༧

ALL RIGHTS RESERVED

༡༡། འདི་བ་འདི་པའི་ན་པོ་ད་གཞུང་རྫོས་གར་གྱི་ས་རྒྱ་གར་གཞུང་ལ་
XXI-1860 ཐོག་དེ་བ་བརྒྱུལ་ཞུས་པ་ལགས་ན། འདི་ལས་ནས་བཀའ་འཁོལ་
མེད་པར་ཚོང་འགྲེམས་དང་དཔར་ཞུས་གང་ཡུང་ཤེད་མི་ཚོ་ག གཞས་དེ་བ་འདི་
པའི་ན་པོ་ད་གཞུང་རྫོས་གར་གྱི་ས་རྒྱ་གར་གཞུང་ལ་འདི་བ་འདི་
པའི་ན་པོ་ད་གཞུང་རྫོས་གར་གྱི་ས་རྒྱ་གར་གཞུང་ལ་འདི་བ་འདི་

ॐ नमः शिवाय

དྲ་བསམ་བྱིན་པ་དངོས་གྲུབ།

Editor

Mr. Jinpa Ngodup

དེ་བ་གཟུགས་དང་པར་རྩ་འགོད་མཁན།

ཆེ་ཤིང་ཆོས་ལྡན།

Layout & Typesetting

Ms. Tsering Choedon

Published by:

Tibetan Institute of Performing Arts [TIPA]

P.O. Mcleod Ganj

Kangra District

Dharamsala 176219 [H.P.] INDIA

Tel: +91-1892-221478/220587

Fax: +91-1892-221033

Email: tipadma@sancharnet.in

tipadhasa@hotmail.com

Website: www.tibetanarts.org

༡	ཆེད་བཟོད།	1
༢	རྒྱུ་གཞན་ལ་སྐྱེ་ཡི་འབྱུངས་སྐར།	2
༣	མངའ་རིས་སྐར་ཐོག་གི་གཞན་དགུང་སྟོད་མཐོན་པོ།	3
༤	མཉམ་གཞན་ཆོལ་གསུམ་བོད་མིའི་སྟོན་ཆེག	7
༥	སྟོ་ཁའི་གཞན་ཆེན་གླིང་དཀར་སྟོད།	9
༦	རྒྱུ་གཞན་ལ་ཀུན་གཟེགས་པར་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ།	12
༧	ཀོང་གཞན་མཆོ་གསུམ་དགོན་པ།	14
༨	མཉམ་གཞན་ང་ཆོའི་ལུང་པའི་ཕུ་ལ།	16
༩	མངའ་རིས་གཞན་དགུང་སྟོད་མཐོན་ལ་བཞུགས་པ།	17
༡༠	རྩ་རིའི་གཞན་རི་རྒྱལ་ལྷན་པོ།	20
༡༡	སྟོ་ཁའི་གཞན་གྲུང་དེ་ནག་ཁུ་ཐང་།	22
༡༢	མཉམ་གཞན་སྐལ་བཟང་སྐྱེ་ཡི་མཆོད་པ།	23
༡༣	རྒྱུ་གཞན་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཅེད་འབྲུག།	26
༡༤	སྤྱི་ཁྱེད་གི་ཡུལ་གཞན།	27
༡༥	མཉམ་གཞན་གངས་དཀར་མཆོད་རྟེན།	30
༡༦	སྟོད་དེང་རིའི་གཞན་མཆོད་པ་ཡར་མཆོད།	32
༡༧	རྒྱུ་གཞན་རྒྱལ་ཡུམ་བཀའ་དྲིན་ཅན་ལ་རྗེས་བྲན་ལུ།	35
༡༨	སྐར་ཁམས་གཞན་ཨེ་སྟོར་ལད་མོ།	36

༡༧	མཉམ་གཞས་ཀྱི་པོའི་མཉམ་བུ།	38
༡༨	ཚོའི་ཁྱེད་ཚོའི་བྱ་ཆེན།	40
༡༩	སྟོན་གཞས་གནས་ལ་བཟང་པོ།	41
༢༠	སྟོན་ཁྱོད་སྤང་གི་གཞས།	43
༢༡	ཁྱེད་གཞས་པོད་མིའི་སྟོན་ལམ་ཡོངས་སུ་སྤྱད་པར་ཤོག ...	48
༢༢	ལ་རྒྱའི་ཁ་བདགས།	50
༢༣	མཉམ་གཞས་སུ་ཡི་གངས་ཅི་དཀར་པོ།	52
༢༤	ཚོའི་ཁྱེད་གཞས།	54
༢༥	ཁྱེད་གཞས་ལ་སྤྱོད་ཆེ་ཞུས་པར་བརྟན་རྟོགས།	57
༢༦	གཙང་གམ་པོའི་གཞས་དབྱངས་ཅན་ལྟ་མོའི་ཕྱག་སྟོན།	58
༢༧	མཉམ་གཞས་སུ་ལ་རས་ཁྱེད་།	61
༢༨	མདོ་སྤྱད་ཅིད་རིགས།	64

ཆེད་བརྗོད།

༡༡། འདི་ཡང་འཛམ་གླིང་གང་སར་བོད་ཅེས་པའི་སྤྱི་ཕྱི་བར་གསུམ་གྱི་དངོས་
ཡོད་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་གནས་སྐབས་གསལ་པོ་ཞིག་ཡིག་ཐོག་ཁོ་ནའི་ལམ་ནས་མ་ཡིན་
པར་སྒྲོས་གར་གྱི་རིག་གཞུང་ལམ་ནས་མངོན་སུམ་དུ་གསལ་སྟོན་བྱ་རྒྱུ་ནི་ཤིན་
དུ་གལ་འགངས་ཆེ་གཤིས། འདི་ག་བོད་གཞུང་སྒྲོས་གར་དབུ་བརྟེས་པ་ནས་
བཟུང་ལོ་འཆར་ཅན་བོད་ཆོལ་གསུམ་གྱི་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་ལུང་ཆན་སྟོད་
སྟངས་བར་གསུམ་གྱི་སྒྲོས་གར་རིག་གཞུང་ནས་འབྲེལ་སྟོན་བྱ་སུས་ཀྱི་གཞས་ཆོག་
ཕྱོགས་བསྐྱེད་པས་འཛམ་གླིང་ཡང་ཅེ་འདྲི་བྱོ་གཞས་ཞེས་པའི་དེ་བསྐྱེད་གསུམ་སྤྱུངས་
འགྲེམས་སྟེ་ལ་ཁུས་ཟེན་པ་དང་། འདི་ལོ་ཡང་ཨ་མི་རི་ཀའི་གཞུང་དམངས་
གཉིས་ནས་ཨ་རིའི་ནང་གི་གཞུང་སྟགས་ཆེ་ཤོས་གསེར་གྱི་དྲགས་མ་དེ་སྤྱི་མོར་
ཡགོང་ས་ཡུལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་ལ་འབུལ་བཞེས་བསྐྱེད་པའི་དུས་ཆེན་
ཁྱད་པར་ཅན་གྱི་ཉིན་(༡༠༠༥༡༡༠༡༥) འདིར་གུས་ཆོ་བོད་གཞུང་སྒྲོས་གར་
འགོ་བྱེད་པས་ཡོངས་ནས་དགའ་དད་སྟོ་གསུམ་གྱི་ངང་ནས་འཆོམས་འདྲིའི་བཀ་
ཤིས་པའི་ལེགས་ལྷ་བ་དང་། ཆང་ཅིག་ཡགོང་ས་ཡུལ་མགོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གསུམ་གྱི་པའི་
མཆོད་སྤྱིན་ཚུལ་དུ་འཛམ་གླིང་ཡང་ཅེ་འདྲི་བྱོ་གཞས་ཀྱི་དེ་བསྐྱེད་བཞི་པ་འགྲེམས་
སྟེ་ལ་ཁུས་པ་ཡིན། དེ་བའདིར་ཅོ་མ་སྤྱི་གཤེད་པ་པོས་མཆོན་འབྲེལ་ཡོད་སྐུ་
ལས་སྤྱིན་མཁན་ནམ་པར་བཅོས་མིན་གྱི་བསྟགས་བརྗོད་ལྷ་རྒྱ་བཅས།
སྒྲོས་གར་སྤྱི་ཁྱབ་འགན་འཛིན་པ་ཟུར་དབང་ཕྱག་ནས་ ༡༠༠༥ ལྷ་ཆོས་བཟང་པོར།

༡༡། །པོད་གཞུང་རྫོས་གར་དབུ་བརྟེས་ནས་མི་ལོ་ ༩༤
 འཁོར་བའི་དུས་ཆེན་སྐྱད་བཅི་ཞུ་བའི་མཇུག་སྐོར་
 སྤོ་སྐྱུ་གནས་གསུམ་གཟིགས་ཕྱད་ཞུས་པའི་
 ཆེག་ཁག་བཞུགས་སོ།།

སྐྱུ་མཁོན་གཙོ་པོ་བཀའ་བློན་ཁྲི་ལྷན་བསོད་ནམས་སྟོབས་རྒྱལ་མཆོག་

ཕུ་ཡུ་རུ་ཁག་གི་འཁྲབ་སྟོན་པ།

བསྟན་འཛིན་སྐལ་བཟང་། རུ་དཔོན།

ངག་དབང་བསྟན་འཛིན། བསྟན་འཛིན་ཞོར་བུ། བསྟན་འཛིན་བུམས་པ།
 སུར་བུ་ཆེ་མིང་། བཀྲིས་ཆེ་མིང་། ལྷ་རིགས་གྲགས་པ། ཡོ་རྒྱན་ཞོར་བུ།
 དངོས་བྱུ་དབང་མོ། སུན་ཆོགས་སྟོལ་མ། བསྟན་འཛིན་ཆོས་ཉིད།
 དབྱངས་ཅན་སྟོལ་དཀར། ཆེ་མིང་དཔལ་མོ། བསྟན་འཛིན་དབྱངས་འཛིན་མས།
 བསྟན་འཛིན་མཆོ་མོ། ཞོར་བུ་བསམ་འཕེལ། བསྟན་འཛིན་སུན་ཆོད། བསྟན་
 འཛིན་ཀུན་བཟང་། འཇམ་དཔལ་རྩི་རྩེ། བསྟན་འཛིན་འཇམ་དབྱངས།
 བསྟན་འཛིན་འོད་ཟེར། བསྟན་འཛིན་འཕྲོར་རྩེན། གནམ་གང་ལྷ་མོ།
 ཉི་མ་མཆམས་གཙོད། ལྷ་བ་བུ་འབྲིད། ཆེ་དཔག་དབང་མོ།
 ངག་དབང་བདེ་ཆེན། ཆེ་མིང་སྟོལ་དཀར།

རྒྱལ་གཞུང་ཡ་སྤྱི་ཡོད་འབྲུངས་སྐར།

༡༡། རྒྱལ་གཞུང་ཡ་སྤྱི་ཡོད་འབྲུངས་སྐར་ཞེས་པ་འདི་ནི་རྒྱལ་ཀུན་སྤོང་རྩེའི་
བདག་ཉིད་ཡ་སྤྱི་བས་མགོན་པུག་ན་པོ་གང་ཉིད་ཀྱིས་བྱམ་མོང་མ་ཡིན་པའི་མཆོན་
བཅེ་རྒྱས་གསུམ་གྱི་འཛིན་འཕྲུན་སྤར་ལས་ལྷག་པ་འཛིན་སྤོང་ཡོངས་སུ་དར་
ཞིང་རྒྱས་པའི་དོན་དུ་ཡ་སྤྱི་མཆོག་ཉི་མའི་གཞིན་རྒྱ་ཞེས་པའི་ཆོག་གདངས་ཆེད་
མངག་གསར་རྩོམ་ཞུས་པ་ཡིན།

གཞུང་ཆོག

སྤྱི་མཆོག་ཉི་མའི་གཞིན་རྒྱ།	གངས་ཅན་ལྗོངས་སུ་གར་བས།
ཡོངས་པའི་འཛིན་པུའི་སྤོང་ལ།	དགའ་བདེའི་དོ་སྤྱིད་སྤྱིན་བྱང་།
སྤྱི་མཆོག་མཆོན་དང་དཔེ་བྱད།	གསུང་བཟང་དམ་ཆོས་བདུད་ཅི།
བྱུགས་རྒྱུད་བྱམས་བཅེས་གདམ་པ།	སྤྱི་བས་གཅིག་ཡིད་བཞིན་ཞོར་བ།
འཛིན་སྤོང་བསྟན་པའི་བདག་པོ།	བསྟན་འགྲོའི་མགོན་དཔུང་དམ་པ།
ཆོས་སྤྱིད་ཉི་ཟླའི་འོད་ཀྱིས།	འཛིན་སྤོང་བདེ་ལ་འཁོད་སོང་།
བྱམས་པས་དག་སྡེ་བཅོམ་ཞིང་།	བཅེ་བས་འགྲོ་ཀུན་སྤོང་བའི།
མ་མེད་དོན་ཆེན་མཐོང་།	སྤྱི་ཆོ་ཞབས་པད་བརྟན་ཤོག།
དགུང་གངས་བདུན་བརྒྱ་བཞེས་པའི།	བྱུག་གིས་འབྲུངས་སྐར་གར་སོང་།
སྤྱི་ཆོ་ཞབས་པད་བརྟན་པའི།	བྱུག་གིས་སྤྱི་དབྲངས་འབྲུལ་ཡོད།
གཞུང་ཆོག	ནམ་གྱི་བྱུང་བསྟན་ཡར་འཕེལ་ལགས།
གཞུང་གདངས།	སྤོང་བསྟན་འཛིན་སྤྱི་བཟང་དང་། ཞོར་བྱུངས་མ་འཕེལ།

མངའ་རིས་སྐར་ཐོག་གི་གཞས་དགུང་སྟོད་མཐོན་པོ།

༡༡། མངའ་རིས་སྐར་ཐོག་གི་གཞས་དགུང་སྟོད་མཐོན་པོ་ཞེས་པ་འདི་ནི་
བོད་རབ་བྱུང་ ༡༡ ཟུ་ཁྱི་སྟེ་ཕྱི་ལོ་ ༡༩༤༣ ལོར་ལ་མི་དབང་དགའ་ལྡན་ཆེ་
དབང་མཆོག་ནས་མངའ་རིས་སྟོར་གསུམ་གཞུང་ས་དགའ་ལྡན་སོ་བྲང་གི་ཆབ་
འབངས་སུ་བསྐྱབས་པའི་དགའ་སྟོན་གྱི་མཛད་སྟོའི་སྐབས་སུ་འབྲུབ་པའི་རྟེན་
འབྲེལ་གྱི་གཞས་ཞིག་ཡིན་ཏེ།

གཞས་ཆིག

དགུང་སྟོད་གྱི་མཐོན་པོ་འདྲ་གཅིག་ཡོད་ཟེར་ན།

དགུང་སྟོད་གྱི་སྟོད་པ་སྟོད་ལ་ཟེར།

དགུང་དང་ཉི་ཟླ་གཉིས་ལས་གོ།

ཐྱིགས་པོ་འདྲ་གཅིག་ཚུ་བས་ཤོག ཡོ་རོ་ལ་ཆོ།

དགུང་དང་ཉི་ཟླ་གཉིས་ལས་གོ།

གངས་སྟོད་གྱི་མཐོན་པོ་འདྲ་གཅིག་ཡོད་ཟེར་ན།

གངས་སྟོད་གྱི་སྟོད་པ་སྟོད་ལ་ཟེར།

གངས་དང་དར་སང་དགར་མོ།

ཐྱིགས་པོ་འདྲ་གཅིག་ཚུ་བས་ཤོག ཡོ་རོ་ལ་ཆོ།

གངས་དང་དར་སང་དགར་མོ།

བྲག་སྟོད་གྱི་མཐོན་པོ་འདྲ་གཅིག་ཡོད་ཟེར་ན།

བྲག་སྒྲོན་གྱི་སྒྲོན་པ་སྒྲོན་ལ་ཟེར།
 བྲག་དང་བྲ་ཁྱལ་ཆོད་པོ།
 སྒྲིག་པོ་འདྲ་གཅིག་ཚུབས་ཤོག ཨོ་རོ་ལ་ཆོ།
 བྲག་དང་བྲ་ཁྱལ་ཆོད་པོ།
 ར་སྒྲོན་གྱི་མཐོན་པོ་འདྲ་གཅིག་ཡོད་ཟེར་ན།
 ར་སྒྲོན་གྱི་སྒྲོན་པ་སྒྲོན་ལ་ཟེར།
 ར་དང་འབྲོང་ཆུང་རོག་པོ།
 སྒྲིག་པོ་འདྲ་གཅིག་ཚུབས་ཤོག ཨོ་རོ་ལ་ཆོ།
 ར་དང་འབྲོང་ཆུང་རོག་པོ།
 དགྲུང་སྒྲོན་མཐོན་པོ་སྤྱི་ཡི་ཚུགས་རི་འདྲ་བྱུང་།
 ཉི་ཟླ་གཉིས་པོ་ནང་གི་ནོར་བུ་འདྲ།
 གངས་སྒྲོན་མཐོན་པོ་སྤྱི་ཡི་ཚུགས་རི་འདྲ་བྱུང་།
 སེང་དཀར་གཡུ་རལ་ནང་གི་ནོར་བུ་འདྲ།
 བྲག་སྒྲོན་མཐོན་པོ་སྤྱི་ཡི་ཚུགས་རི་འདྲ་བྱུང་།
 ཐང་དཀར་ཆོད་པོ་ནང་གི་ནོར་བུ་འདྲ།
 ར་སྒྲོན་མཐོན་པོ་སྤྱི་ཡི་ཚུགས་རི་འདྲ་བྱུང་།
 འབྲོང་ཆུང་ར་བྱར་ནང་གི་ནོར་བུ་འདྲ།
 སྤངས་སྒྲོན་མཐོན་པོ་སྤྱི་ཡི་ཚུགས་རི་འདྲ་བྱུང་།
 ལྷ་པ་ར་བརྩ་ནང་གི་ནོར་བུ་འདྲ།
 ཐང་སྒྲོན་མཐོན་པོ་སྤྱི་ཡི་ཚུགས་རི་འདྲ་བྱུང་།

རྒྱུ་ཆུང་ཁ་དཀར་ནང་གི་ཚོར་བ་བྱུང་།
 མཆོད་སྟོན་མཐོན་པོ་ཕྱི་ཡི་ཚུགས་རི་འདྲ་བྱུང་།
 ངང་དཀར་མགུལ་རྒྱན་ནང་གི་ཚོར་བ་བྱུང་།
 རྒྱུ་ཆུང་ཁ་དཀར་པོ་ཕྱི་ཡི་ཚུགས་རི་འདྲ་བྱུང་།
 ཉ་ཆུང་གསེར་མིག་ནང་གི་ཚོར་བ་བྱུང་།
 རྒྱུ་ཆུང་ཁ་དཀར་པོ་ཕྱི་ཡི་ཚུགས་རི་འདྲ་བྱུང་།
 བྱིའུ་ཆུང་འཛོལ་མོ་ནང་གི་ཚོར་བ་བྱུང་།

ཆང་གཞས།

མཆོད་ཆང་ཨ་རག་བདུད་ཅི། ཞུ་མཁན་གཅིག་དང་ངེས་སོང་།
 ཨ་ཅི། ངེས་དང་ངེས་སོང་། མཆོད་ཆང་ཨ་རག་བདུད་ཅི།
 ཞུ་མཁན་བསོད་ནམས་བྱུ་འབྲིད། དབུ་གྱུར་ནང་ལ་བཞུགས་པའི།
 མི་དབང་དགའ་ལྡན་ཆེ་དབང་། ས་སྟེང་འདིར་ཐེབས་པ།
 བཀའ་བྲིན་ཆེ། བཀའ་བྲིན་ཆེ།
 དགུང་སྟོན་མཐོན་པོ་བཀྲ་གིས་ལོ་ལ།
 ཉི་ཟླ་གཉིས་པོ་གཡང་ཆགས་པའི་ལོ་ལ།
 མེ་ཉོག་པད་ཆེན་ལྷ་མོ་འབྲུངས་པར་དགའ་བྱུང་།
 གསེར་ཆེན་པད་ཆེན་ལྷ་མོ་འབྲུངས་པར་དགའ་བྱུང་།
 མེ་ཉོག་དེ་ལ་སད་དང་སེར་བ་མ་གཏོང་།
 གསེར་ཆེན་དེ་ལ་སད་དང་སད་བསྐྱེས་མ་སོང་།

ལྷ་ཡི་བྱ་མོ་བཞིན་དུ་མཆོད་པ་བཞེས་རོགས་གནང་དང་།
 ལྷ་མཛེས་དབང་མོ་བཞིན་དུ་མཆོད་པ་བཞེས་རོགས་གནང་དང་།
 ཉི་ཟླ་གཉིས་པོ་བུ་ཤིས་པའི་ལོ་ལ།
 ལྷ་སྐར་འཛོམས་པོ་གཡང་ཆགས་པའི་ལོ་ལ།
 མེ་ཉྟག་པད་ཆེན་ལྷ་མོ་འབྲུངས་པར་དགའ་བྱུང་།
 གསེར་ཆེན་པད་ཆེན་ལྷ་མོ་འབྲུངས་པར་དགའ་བྱུང་།
 མེ་ཉྟག་དེ་ལ་སད་དང་སད་བསྐྱས་མ་སོང་།
 གསེར་ཆེན་དེ་ལ་སད་དང་སད་བསྐྱས་མ་སོང་།
 ལྷ་ཡི་བྱ་མོ་བཞིན་དུ་མཆོད་པ་བཞེས་རོགས་གནང་དང་།
 ལྷ་མཛེས་དབང་མོ་བཞིན་དུ་མཆོད་པ་བཞེས་རོགས་གནང་དང་།
 གངས་སྟོད་མཐོན་པོ་བུ་ཤིས་པའི་ལོ་ལ།
 དར་སེང་དཀར་མོ་གཡང་ཆགས་པའི་ལོ་ལ།
 མེ་ཉྟག་པད་ཆེན་ལྷ་མོ་འབྲུངས་པར་དགའ་བྱུང་།
 གསེར་ཆེན་པད་ཆེན་ལྷ་མོ་འབྲུངས་པར་དགའ་བྱུང་།
 དགོན་ཆེན་ལྷ་མ་བུ་ཤིས་པའི་ལོ་ལ།
 ཡར་འབྲེན་ལྷ་མ་གཡང་ཆགས་པའི་ལོ་ལ།
 མེ་ཉྟག་པད་ཆེན་ལྷ་མོ་འབྲུངས་པར་དགའ་བྱུང་།
 གསེར་ཆེན་པད་ཆེན་ལྷ་མོ་འབྲུངས་པར་དགའ་བྱུང་།
 མེ་ཉྟག་དེ་ལ་སད་དང་སད་བསྐྱས་མ་སོང་།
 གསེར་ཆེན་དེ་ལ་སད་དང་སད་བསྐྱས་མ་སོང་།

ལྷ་ཡི་བྱ་མོ་བཞིན་དུ་མཆོད་པ་བཞེས་རོགས་གནང་དང་།

ལྷ་མཛེས་དབང་མོ་བཞིན་དུ་མཆོད་པ་བཞེས་རོགས་གནང་དང་།

སྒོ་བ་ཞིན་པ། གཞུང་པ་ཆེ་རིང་ཆོས་འཕེལ། སྤྱི་ལོ་ ༥༡

འབྲེལ་བྱེད་པ། ཁྱོད་པ་ངག་དབང་བསྟན་འཛིན།

མཉམ་གཞས་ཆོལ་གསུམ་བོད་མིའི་སློན་ཆེན།

༡༡། །མཉམ་གཞས་དེ་ནི་ཆོལ་གསུམ་བོད་མིས་ཆེ་རངས་ནས་ཆེ་རབས་ཀྱིན་
དུ་སྦྱིང་ལ་བཅངས་པའི་དད་འདུན་གྱི་བསམ་པས་ལུང་ཆོ་སོ་སོའི་བྱན་མོང་མ་
ཡིན་པའི་བྱད་ཆོས་དང་ལྷན་པའི་དབྱངས་ཀྱི་རྟ་ལ་སློན་ནས་ལྷུ་བ་བ་དགུས་པའི་
བྱོ་གཞས་ཀྱི་མཆོད་སྤྱོད་དུ་འབྲེལ་ལམ་ཞུས་སོ།

གཞས་ཆེན།

གངས་ཅན་བོད་ཀྱི་མགོན་སྐྱབས། སྐྱབས་མགོན་བསྟན་འཛིན་ཅུ་མཆོ།
དགུང་གངས་བདུན་བརྒྱུ་བཞེས་པའི། བཀྲ་གིས་འབྲུངས་སྐར་ཉིན་ལ།
དགའ་བའི་སྐྱ་དབྱངས་འབྲེལ་ཡོད།

ཆོལ་གསུམ་བོད་མི་ཡོངས་ཀྱི། བརྩེ་བའི་སྲོག་ལས་གཅེས་པའི།
ལྷུ་བ་བ་བསྟན་འཛིན་ཅུ་མཆོ། སྤྱི་ཆེ་ཞབས་པད་བརྟན་ཅིང་།

ཐུགས་བསྐྱེད་སློན་ལམ་ལྷན་གྱི་འབྲུང་ཤོག།
དགའ་བ་ལ་དང་སྦྱིད་པ་ལ། ཆོལ་གསུམ་བོད་མིའི་སྐྱ་དབྱངས་དེ།
སྤྱི་ཆེ་བརྟན་པའི་སློན་ཆེན་ཡིན།

མདོ་སྟོན།

མེ་ཏོག་གང་ལ་ཐོགས་པ་དེ། བྱམས་དང་སྤྱིང་རྩེའི་ཁྱུ་གཏེར་ཡིན།
 དྲངས་གཙང་ཁྱུ་ཆེན་འབྲེ་ཁྱུ་བཞིན། མི་ཟད་བར་དུ་ཞབས་པད་བརྟན།
 གར་གྱི་གངས་ཕྱག་འདུལ་བྱ་ནས། ཟུ་དང་བྲོ་ཡི་མཆོད་པ་འབུལ།
 དེ་རིང་བཀྲ་ཤིས་ཉི་མ་ལ། ཟུ་དང་གར་གྱི་མཆོད་པ་འབུལ།

མདོ་སྟོན།

ཡངས་པའི་མདོ་སྟོན་ཅ་ཐང་སྟེངས། རྒྱལ་སྤྱི་མེ་ཏོག་དེ་ནས་བཞད།
 འདི་ཡང་བཞད་པའི་ཟུ་རེ་ལེན། མཆོ་སྟོན་ཁྲི་ཤོར་རྒྱལ་མོ་སྟེ།
 གནས་མཆོག་མདོ་སྟོན་ཡུལ་གྱི་རྒྱན་ཆ་ཡིན། མཆོ་མི་སྐྱམ་བར་དུ་ཞབས་པད་བརྟན།
 དེ་རིང་བཀྲ་ཤིས་ཉི་མ་ལ། ཆོལ་གསུམ་བོད་རིགས་སྤྱན་རླེན་ནས།
 ཟུ་དང་གར་གྱི་མཆོད་པ་འབུལ།
 ཅ་ཐང་མེ་ཏོག་མཛེས་པ་དེ། སངས་རྒྱལ་འབྲུངས་པའི་རྩེས་ཤུལ་ཡིན།
 མཆོ་སྟོན་འཁྲི་ཤོར་རྒྱལ་མོ་དེ། མི་སྐྱམ་བར་དུ་ཞབས་པད་བརྟན།
 ཡངས་པའི་མདོ་སྟོན་འདུལ་བྱ་ནས། ཟུ་དང་གར་གྱི་མཆོད་པ་འབུལ།

དབུས་གཙང་།

ཕྱོགས་བརྒྱ་སངས་རྒྱལ་གྱི་སྤྱི་སྤྱོད། མི་ཡི་གཟུགས་སུ་བྱེད་པ་དེ།
 དབུས་ཀྱི་ཡར་རྒྱུང་གཙང་པོ་བཞིན། མི་སྐྱམ་བར་དུ་ཞབས་པད་བརྟན།
 དབུས་གཙང་རུ་བཞི་འདུལ་བྱ་ནས། ཟུ་དང་གར་གྱི་མཆོད་པ་འབུལ།
 སྤྱན་རས་གཟིགས་དབང་བཤམ་འཛིན་ཀྱི་མཆོ།
 ཞབས་པད་སྤྱིད་མཐའི་བར་དུ་བརྟན་པར་ཤོག།

ལྷོ་ཁའི་གཞས་ཆེན་སྒྲིང་དཀར་སྟོང་།

༡༡། །གཞས་ཆེན་ཞེས་པ་ནི་སྟོང་སྒྲིང་རྩུང་སར་འབྲུབ་སྟོལ་མེད་ཅིང་། མཐོ་
ཐོ་མ་གྲུ་ཚང་གི་ཆོས་སྟོགས་མཛད་སྟོང་ཁག་དང་། རི་མགོ་རྩ་གསེལ། བར་
མི་དཔོན་གྱི་མཛད་སྟོང་ཁག་དམའ་འཛིག་རྟེན་ལས་ཀྱི་སྟེ་མོ་བག་སྟོན་སོགས་
ལ་འབྲུབ་སྟོལ་ཡོད་པ་ལས་ད་ལྟའི་གཞས་ཆེན་འདི་བག་སྟོན་སྐབས་ཀྱི་གཞས་
ཆེན་ཞིག་ཡིན་ཏེ་ཉིན་གང་འབྲུབ་པ་ལས་གཞས་གཞན་འབྲུབ་སྟོལ་མེད་དོ།

གཞས་ཆེན་ག

སྒྲིང་དཀར་སྟོང་ལ་གཞས་གཅིག་བསམས་ནས་ཡོང་ཡིན།
སྒྲིང་གི་སར་རྒྱལ་པོས་ཡར་ཤོག་ཡར་ཤེབས་གསུངས་བྱུང་།

ཁ་བཤད།

དབུས་ཀྱི་གསེར་ཁྲིའི་ཚེ་མོ་ནས། འཇམ་སྒྲིང་གི་སར་རྒྱལ་པོ་དེས།
གསུང་དབྱངས་དོ་རྩེའི་རང་སྒྲུ་དེ། འཇམ་བུའི་སྒྲིང་དུ་ཆོས་འཁོར་བསྐྱོར།
ཕྱག་གཡས་དཔག་བསམ་གྱིང་འདྲ་དེ། འཇམ་སྒྲིང་བརྟན་པའི་རྒྱན་དུ་བཙུགས།
གཡས་ལ་བཀྲ་གིས་མདའ་དར་ཕྱལ། བཀྲིས་ཞབས་བྱོ་དེ་འདྲ་བརྒྱབས།
གཡོན་ལ་ཕྱག་དང་ཕྱག་འབུལ་ཞུས། ཕྱག་འབུལ་ཞབས་བྱོ་འདི་འདྲ་བརྒྱབས།

བཞུགས་གྲལ་གྲལ་གཡོན་གཉིས་ལ། འངའ་དང་འོད་ཀྱི་ཁེངས་སོང་།
 བཞུགས་གྲལ་མི་དེས་ང་ལ་གསུང་བཤད་རེས་འབྲུལ་གསུངས་བྱང་།
 གསུང་བཤད་པད་མ་ངཀའ་ཐང་། ཆོས་སྐད་ལས་ཀྱང་སྟན་པ།
 བཞུགས་གྲལ་མི་དེས་ང་ལ་གསུང་བཤད་རེས་འབྲུལ་གསུངས་བྱང་།
 གསུང་བཤད་འཛོལ་མོའི་གསུང་དབྱངས་དེ། ཆོས་སྐད་ལས་ཀྱང་སྟན་པ།
 ཡ་གྱི་བཞུར་གྲལ་མཐོན་པོ་ལ་གཟེར་དང་། ཆོས་ཆས་དར་ཆས་ཟེ་ལ་ཤིག་ཤིག
 མ་གྱི་བྲལ་དཀྱིལ་སྟོགས་ལ་གཟེགས་དང་། དཀར་ཡི་ལ་སྟོ་ཕྱ་རི་མོ་ཤིག་ཤིག
 མ་གྱི་བྲལ་བཞུར་སྟོགས་ལ་གཟེར་དང་། ཆང་དང་བྱ་རུའི་གཡས་སྟོར་ཤིག་ཤིག
 དེ་ནས་དུབ་གསུམ་མཆོད་དང་། དམུལ་པའི་ངལ་སོང་མུང་དགོས་མེད།
 བྱ་ཤིས་གཞས་དང་ཞབས་བྱོལ་གཟེགས་དང་།
 དབྱར་གྱི་འབྲུག་སྐྱེ་འགྲོགས་ལ་ཤིག་ཤིག
 ཉི་མ་ཤར་གྱི་སྟོགས་ནས་བཀྲིས་ཤོག ལ་ཞུས་པའི་བཞུགས་གྲལ་སྟོགས་ལ།
 ཤར་མངོན་པར་དགའ་པའི་ཞིང་ཁམས་ནས། བཀྲིས་ཤོག
 ཉི་མ་སྟོ་ཡི་སྟོགས་ནས་བཀྲིས་ཤོག ལ་ཞུས་པའི་བཞུགས་གྲལ་སྟོགས་ལ།
 སྟོ་གཡུ་ལོ་བཀོད་པའི་ཞིང་ཁམས་ནས། བཀྲིས་ཤོག
 ཉི་མ་རྒྱབ་ཀྱི་སྟོགས་ནས་བཀྲིས་ཤོག ལ་ཞུས་པའི་བཞུགས་གྲལ་སྟོགས་ལ།
 རྒྱབ་སྐྱང་བ་མཐའ་ཡས་ཞིང་ཁམས་ནས། བཀྲིས་ཤོག
 ཉི་མ་བྱང་གི་སྟོགས་ནས་བཀྲིས་ཤོག ལ་ཞུས་པའི་བཞུགས་གྲལ་སྟོགས་ལ།
 བྱང་ཕུང་ལོ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ནས། བཀྲིས་ཤོག
 བཞུགས་གྲལ་མཐོན་པོ་མི་ལས་འགྱུར།
 གཡས་ལ་སྟག་ཤར་གཞོན་པས་དོག་སྐྱ་སྐྱིག

རྟོག་རྒྱ་རྒྱུག་པོ་འདི་འདྲ་བ་རྒྱུགས།
 ཞབས་ཁྲོ་རྒྱབ་སྦྲར་རྒྱག་རྒྱག་དམན་རྒྱུང་སྟོགས་ཟུར།
 བཞུགས་གྲལ་མཐོན་པོ་མི་ལས་འགྱུར།
 གཡོན་ལ་སྒྲན་རྒྱུང་བྱ་མོས་ལག་སྟར་སྒྲེལ།
 ལག་སྟར་གཡུང་བྱུང་འདི་འདྲ་བ་རྒྱུགས།
 རྒྱེད་པའི་སྒྲེ་ཟེར་སྟག་ཤར་སྟོགས་ལ་ཟུར།
 བཞུགས་གྲལ་མཐོན་པོ་མི་ལས་འགྱུར།
 གཡལས་ལ་སྟག་ཤར་གཞོན་པས་རྟོག་རྒྱ་རྒྱུག
 རྟོག་རྒྱ་རྒྱུག་པོ་འདི་འདྲ་བ་རྒྱུགས།
 ཞབས་ཁྲོ་དབྱུང་པའི་དབྱུང་དགྲུག་དམན་རྒྱུང་སྟོགས་ལ་ཟུར།
 བཞུགས་གྲལ་མཐོན་པོ་མི་ལས་འགྱུར།
 གཡོན་ལ་སྒྲན་རྒྱུང་བྱ་མོས་ལག་སྟར་སྒྲེལ།
 ལག་སྟར་གཡུང་བྱུང་ལག་འཁྱུད་འདི་འདྲ་བ་རྒྱུགས།
 ཞབས་ཁྲོ་གཡལས་ཤིག་གཡོན་ཤིག་སྟག་ཤར་སྟོགས་ལ་ཟུར།
 རྩོབ་རྩོན་པ། རྩོ་ཁ་ཁོང་དཀར་འཇམ་དབྱངས་དོ་རྩེ། རྩེས་ལོ་ ༩༩
 འབྲེལ་བྲེད་པ། ཁྲོ་པ་བསྟན་འཛིན་སྐལ་བཟང་དང་། ངག་དབང་བསྟན་འཛིན།

རོན་པ་རུ་ཁག་གི་འཁྲབ་སྟོན་པ།

དངོས་གྲུབ་དཔལ་འབྱོར། རུ་དཔོན།

བཀྲིས་དར་ཀླུ། བཀྲ་གིས་སྟོབས་ཀླུ། བསྟན་འཛིན་ངེས་གཏན།
བསྟན་འཛིན་ཡོན་ཏན། བསྟན་བསྟན་འཛིན། ཡེ་ཤེས་བསམ་གྲུབ།
བསྟན་འཛིན་འོད་འབྲུམ། བསྟན་འཛིན་སྒྱིང་རྩེ། རིག་འཛིན་སྟོན་ལམ།
པ་སངས་སྟོན་ལམ། བསྟན་འཛིན་སྟོན་མེ། བསྟན་འཛིན་སྟོན་གསལ།
ཆོ་རིང་སྟོན་དཀར། བསྟན་འཛིན་ཆོས་སྟོན། བསྟན་འཛིན་ཞོར་བུ།
སྟོ་བཟང་ཀླུ་མཛན། བསྟན་འཛིན་ཆོས་ཉིད། བསྟན་འཛིན་ཆོ་གྲུབ།
ཆོ་རིང་དབང་ཀླུ། བསྟན་འཛིན་གཡུ་ཀླུ། བསྟན་འཛིན་ཆོ་བཏན།
བསྟན་འཛིན་བྱང་ཆུབ། བསྟན་འཛིན་བདེ་སྦྱིད། རིག་འཛིན་མཆོ་མོ།
བསྟན་འཛིན་ཡོན་ཏན། བསྟན་འཛིན་དབྱངས་སྟོན། ཆོ་རིང་འབྱུར་མེད།

རྒྱལ་གཞས་ལྷ་ཀུན་གཟིགས་པར་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ།

༡༡། །རྒྱལ་གཞས་ལྷ་ཀུན་གཟིགས་པར་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་ཞེས་པ་འདི་ནི་ཀུན་གཟིགས་པར་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་སྐུ་འཕྲེང་བཅུ་པ་མཆོག་གི་བོད་ཁ་བ་གངས་ཅན་པ་ནམས་ལ་ཤིན་ཏུ་བཀའ་དྲིན་ཆེ་སྟེ་སྐུ་ཆེ་ཉི་ལ་པོ་བོད་ཀླུ་ཁབ་དང་བོད་མི་རིགས་ཀྱི་དོན་དུ་སྟོན་བཏང་གནང་བར་བརྟེན་མཐར་ཁྱེད་མར་གཞུང་གིས་ངན་བྱས་འོག་སྐུ་སྟོན་དོར་བ་དེས་བོད་གངས་ཅན་པ་ནམས་ཆེས་མུན་ནག་ནང་དུ་སྦྱང་། འོན་ཀྱང་བོད་གངས་ཅན་པའི་ལས་དང་སྟོན་ལམ་སྟོབས་ཀྱིས་ལྷ་སྐུའི་

ཡང་སྲིད་འབྲུངས་པ་དེ་ཡང་རྒྱ་དམར་གཞུང་ནས་བཙན་བཟུང་གི་ད་ཆ་གར་སོང་
 ཆ་མེད་ཀྱིས་གིན་དུ་ཡང་བའི་གནས་བབ་ལ་འཛམ་གླིང་མི་མང་རྣམས་ནས་
 དགོངས་པ་བཞེད་ནས་མགྲོགས་ནས་མུར་དུ་སློང་དྲེལ་ཡོང་བའི་བདེན་པའི་
 རྒྱུ་རྐྱེད་གནང་རོགས་གནང་ཞུ་བྱེད།

གཞས་ཆིག

པར་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆན་མཆོག་	བོད་ཀྱི་བསྟན་སྲིད་རིགས་གཞུང་ཆེད།
སྐུ་ངལ་ཚད་མེད་སྒྲིན་ནས།	ཉམས་པ་བསྐྱར་གསོ་གནང་སོང་།
བྱིད་ནི་བཀའ་འདྲིན་ཆེ།	བྱིད་ཀྱིས་རྒྱབས་ཆེན་མཛད་པ།
ཆོལ་གསུམ་བོད་མི་ཡོངས་ནས།	ནམ་ཡང་བརྟེན་ཐབས་མེད་དོ།
བྱིད་ཀྱིས་བཀའ་སློབ་ཅི་གསུང་།	བོད་མི་ང་ཆོས་སྐུ་བཆོག་
ཆོལ་གསུམ་བོད་མི་རྣམས་པ།	དོག་ཅ་གཅིག་སྒྲིལ་གྱིས་དང་།
ཡང་སྲིད་དགེ་འདུན་ཉི་མ་མཆོག་	རྒྱ་དམར་ལག་ནས་དྲེལ་ཏེ།
ཆོས་སྲིད་ལུ་མཐུད་སྒྲིངས་བའི།	ང་ཆོས་སྒྲིན་མདུན་འདེབས་དང་།
འཛམ་གླིང་མི་དམངས་རྣམས་པ།	ང་ཆོའི་རྒྱལ་དུ་ལངས་ནས།
པར་ཆེན་སློང་དྲེལ་ཆེད་དུ།	བདེན་པའི་རྒྱལ་ལངས་གནང་རོགས།
གཞས་ཆིག་དང་གདངས།	ཁོ་པ་བཀྲ་གིས་དར་རྒྱས།

ཀོང་གཞས་མཆོ་གསུམ་དགོན་པ།

༡༡། མཆོ་གསུམ་དགོན་པ་ནི། ཀོང་པོ་ཞོ་ཁྱེད་ཁོངས་ཀྱི་ཡུལ་བྲག་གསུམ་
 ཞེས་པར་གནས་ཡོད་ཅིང་། ཡུལ་དེར་མཆོ་ཙུ་ཆེན་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་མིང་ལ་
 བྲག་གསུམ་མཆོ་ཞེས་ཡོངས་གྲགས་ཡིན། མཆོ་དེའི་དབུས་སུ་གྱུ་རུ་བྲག་པོའི་
 སྐྱེ་ཞིག་བཞུགས་ཡོད། ༡༧༧༧ ལོར་རྒྱ་དམར་ནས་རིག་གནས་གསར་བརྗེའི་
 སྐབས་དགོན་པ་ཡོངས་རྫོགས་མེར་བསྐྱེགས་བྱུང་བྱུང་གྱུ་རུ་བྲག་པོའི་སྐྱེ་བཞེན་
 ལ་མེའི་འཛིགས་པ་སྐྱེ་ཅམ་བྱུང་མེད་པར་དུས་ད་ལྟོ་འདྲམ་མཇལ་བྱུ་ཡོད། མཆོ་
 གསུམ་དགོན་པ་ཞེས་པའི་ཀོང་གཞས་འདི་ནི་རྒྱ་དམར་དགོན་པ་འདི་བཞེངས་སྐབས་
 གྱུ་རུ་བྲག་པོའི་བཀའ་བྲིན་རྗེས་བྱུང་བ་དང་། བྲག་གསུམ་ཡུལ་གྱི་བཀོད་པ་སོགས་
 ལ་བསྟོད་པ་ཡུལ་བ་ཞིག་ཡིན།

གཞས་ཆེན་ག

རེ་འདི་ཀི་རེ་རི་ལ།	ཆོ་བུམ་འབྲ་གཅིག་བཅུགས་ཡོད།
ཐ་མ་སྐྱེ་ཆོ་བཞུན་པའི།	ཆོ་བུམ་འབྲ་གཅིག་བཅུགས་ཡོད།
གཞོན་པ་རྒྱུང་ན་དར་བའི།	དར་ཚུག་འབྲ་གཅིག་བཅུགས་ཡོད།
ཐ་མ་སྐྱེ་ཆོ་བཞུན་པའི།	ཆོ་བུམ་འབྲ་གཅིག་བཅུགས་ཡོད།
ཀོང་པོ་བྲག་གསུམ་ཡུལ་ལ།	གནས་ཆེན་མཆོ་གསུམ་ཡོད་དོ།
མཆོ་གསུམ་མཆོ་མེའི་དཀྱིལ་ལ།	གྱུ་རུ་བྲག་པོ་བཞུགས་ཡོད།
མཆོ་མེའི་མགོ་ནས་མཇལ་དུས།	རལ་གྱི་གནམ་ལ་ཕྱར་བ་འབྲ་སོང་།
མཆོ་མེའི་དཀྱིལ་ནས་མཇལ་དུས།	གཡུ་ཡི་གཞོང་པ་འབྱིལ་བ་འབྲ་སོང་།

མཚོ་མོའི་གཞུག་ནས་མངལ་དུས། གཡུ་ཡི་ཚུ་མི་རྒྱལ་པ་འདྲ་སོང་།
 མཚོ་མོའི་མགོ་ནས་མངལ་དུས། སོ་འོ་ཡ་ལ།
 རལ་གྱི་སྒོ་ན་མི་གནམ་ལ་ཕྱར་བ་འདྲ་སོང་།
 ཡར་འགྲོ་ཡ་ལ་མ་འགྲོ་མ་ལ། སོ་ལད་མི་སོ། གནམ་ལ་ཕྱར་བ་འདྲ་སོང་།
 མཚོ་མོའི་དཀྱིལ་ནས་མངལ་དུས། སོ་འོ་ཡ་ལ།
 གཡུ་ཡི་གཞིང་པ་འཁྲིལ་བ་འདྲ་སོང་།
 ཡར་འགྲོ་ཡ་ལ་མ་འགྲོ་མ་ལ། སོ་ལད་མི་སོ།
 མཚོ་མོའི་གཞུག་ནས་མངལ་དུས། སོ་འོ་ཡ་ལ།
 གཡུ་ཡི་ཚུ་མི་རྒྱལ་པ་འདྲ་སོང་། ཡར་འགྲོ་ཡ་ལ་མ་འགྲོ་མ་ལ།
 སོ་ལད་མི་སོ། ཚུ་མི་རྒྱལ་པ་འདྲ་སོང་།
 མཚོ་གསུམ་གནས་ཆེན་དགོན་པ། སོ་འོ་ཡ་ལ།
 གཡུ་ཡི་མར་ལ་བཞེངས་པ་འདྲ་སོང་།
 ཡར་འགྲོ་ཡ་ལ་མ་འགྲོ་མ་ལ། སོ་ལད་མི་སོ།
 མར་ལ་བཞེངས་པ་འདྲ་སོང་།
 ཀོང་ཅེ་བདེ་མོའི་ཕྱག་ལ། སོ་འོ་ཡ་ལ།
 གཡུ་ཡི་གཞིང་པ་བརྒྱམས་པ་འདྲ་སོང་།
 ཡར་འགྲོ་ཡ་ལ་མ་འགྲོ་མ་ལ། སོ་ལད་མི་སོ།
 གཡུ་ཡི་གཞིང་པ་བརྒྱམས་པ་འདྲ་སོང་།

སྒྲིབ་སྒྲིབ་པ། དངུ་ཆེ་དབང་ཚོར་བུ། སྤྱིས་ལོ་ ༥༩
 འབྲེལ་བྱེད་པ། ཁྱོད་པ་དངོས་ཀྱི་བདེ་པ་འབྱོར། བཟང་གིས་སྒྲིབས་ཀྱིས།
 བརྒྱན་འཛིན་དེས་རྒྱན། རིག་འཛིན་སྒྲིབ་མ། བསངས་སྒྲིབ་མ།

མཉམ་གཞས་ང་ཚོའི་ལུང་པའི་ཕུ་ལ།

༡༡། ང་ཚོའི་ལུང་པའི་ཕུ་ཞེས་པའི་མཛའ་གཞས་འདི་ནི་གཙང་གི་ལྷ་ངམ་
 ཕུན་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་ངམ་རིང་རྫོང་ཁོངས་ཀྱི་ཡུལ་མི་ཚོའི་མཛའ་སེམས་གསལ་
 རོར་མཆོན་བྱུང་པའི་མཛའ་གཞས་ཤིག་ཡིན་ཅིང་། དེ་ཡང་བྱིམ་ཆང་པན་ཚུན་
 ཞིང་ལས་མཐུག་གླིལ་པའི་རྩེས་སུ་ལས་མི་རྣམས་ལྟན་འཛོམས་ཀྱི་ང་ཆང་བས་
 གསུམ་ལ་ཡོངས་སུ་སྦྱོད་སྐབས་ཕོ་གཞོན་མི་གཞོན་ཚོའི་བར་གཏོང་སྲུལ་ཡོད་
 པ་ཞིག་རེད།

གཞས་ཆིག

ང་ཚོའི་ལུང་པའི་ཕུ་ལ། གསེར་ཆེན་མེ་ཏོག་འབྲུངས་ཤག། ཨ་སྤྱོལ།
 བསམས་ཡང་གསེར་ཆེན་བསམས་བྱུང་།
 འབྲུངས་ཡང་གསེར་ཆེན་འབྲུངས་སོང་།
 དེ་ནས་རང་ཡུལ་གཞུང་ལ། ལྷུག་མ་སྤྱེས་ཀྱི་ཡོད་ན། ཨ་སྤྱོལ།
 ལྷུག་མ་སྤྱུག་སྟོང་ནང་ལ། རྩིང་གཏམ་བཤད་དགོས་བསམ་བྱུང་།
 ལྷུག་སྟོང་ནང་གི་རྩིང་གཏམ། ལུང་པའི་ཕུ་ལ་གོ་གིས། ཨ་སྤྱོལ།
 གསེར་རྒྱུ་འབྲུང་ནི་ཆར་ནས། གསང་གཏམ་ཡིན་མདོག་མ་བྱེད།
 བཅས་པས་བཅས་སྤྱོད་གནང་དུས། བདག་སྤྱོད་ཤེས་པ་གནང་དང་། ཨ་སྤྱོལ།
 བཅས་པ་གཞན་ལ་ཤོར་དུས། འབྱོད་པ་རྩེས་ལ་བསྐྱེད་ཡོང་།
 རྩང་གསེབ་ཤར་གྱི་རྩང་མས། རྩོམ་མིའི་རུ་བཞི་མི་བཏན། ཨ་སྤྱོལ།
 བཅས་པ་ཨ་གསར་ཅན་གྱི། ཆོ་གང་གཏན་གྲོགས་མི་བཏན།

གསེར་ཆེན་གྱི་ན་ནས་བསྐྱད་ཆོག	གསེར་རྩ་མཐུང་ནས་བསྐྱད་ཆོག	ཨ་སྤྱི་ལ།
བདག་གཉིས་ལུང་པའི་ཕུ་རུ།	འཛོམས་པ་ཆེ་སྟོན་ལས་རེད།	
གཏན་དུ་འཛོམས་པའི་མི་ལ།	ནད་དང་བར་ཆད་མ་གཏོང་།	
ནག་དུ་བགྱིས་ལོ་ལེགས།	བདག་གཉིས་བསམ་པའི་སྟོན་ལས།	
སྦྱིད་པའི་རམ་རིང་ཞིང་ལ།	ལོ་ཏོག་འབྲུ་སྤྱ་འཛོམས་པ།	
གཞིས་རྩེ་དགོངས་པ་མ་མཚུངས།	རམ་རིང་སྟོགས་ལ་ལོག་ཆོག	
རམ་རིམ་ཡུལ་ལ་སྦྱེབས་ནས།	སྦྱིད་པའི་རྩ་བ་བཅུགས་ཆོག	
སྦྱིད་པའི་རྩ་བ་བཅུགས་ནས།	གཏན་གྱི་གས་སྦྱིག་ནས་བཞུགས་ཆོག	
སྟོབ་སྟོན་པ།	རམ་རིམ་པ་སངས་ལགས།	
འབྲེལ་བྱེད་པ།	ཐོ་བ་བཀྲ་ཤིས་སྟོབས་རྒྱལ།	

མངའ་རིས་གཞས་དགྲུང་སྟོད་མཐོ་ལ་བཞུགས་པ།

༡༡ ཁྱེད་ཡང་དགྲུང་སྟོད་མཐོ་ལ་བཞུགས་པ་ཞེས་པའི་གཞས་འདི་ནི་མངའ་
 རིས་ཀྱི་བཞི་དཔོན་དུག་གི་ནང་ཆོན་ཆུ་ནི་དཔོན་གྱི་ས་ཁུལ་དུ་དར་ཁུལ་གིན་
 དུ་ཆེ་ཞིང་ལོ་རྒྱུས་རང་བཞིན་ལྡན་པའི་གཞས་ཤིག་ཡིན་ཏེ། ཆུ་ནི་དཔོན་འདུ་
 ར་ནག་པོས་མཁའ་འཆི་མེད་གཏུ་རུ་དབྱར་ཁ་ཆེ་བ་དུག་པའི་ནང་ཆུ་ནི་འབྲོག་
 ཁག་རྒྱམས་དབྱར་སྦྱིད་ཀྱི་འདུ་འཛོམས་སྐྱབས་སུ་དཔོན་འདུ་རུ་ནག་པོ་དབྱར་
 བཞུགས་ཐོག་འབྲོག་པའི་ཕོ་གཞོན་མོ་གཞོན་རྒྱམས་ནས་དགྲུང་སྟོད་མཐོ་ལ་
 བཞུགས་པ་ཞེས་པའི་གཞས་འདི་གཟིགས་འབུལ་ཞུ་བཞི་ཡོད་པ་རེད།

གཞས་ཆིག

དགྲ་སྟོད་མཐོ་ལ་བཞུགས་པའི་ལོ། ཉི་ལྔ་གཡང་ལ་ཆགས་པའི་ལོ།
དེ་རིང་ཨ་མ་ཆང་མ་ཉམས་བཟང་ལ། ཆང་མ་ཆེ་རིང་བྱ་བྲིད་ཉམས་བཟང་ལ།
གངས་སྟོད་མཐོ་ལ་བཞུགས་པའི་ལོ། དར་སེང་གཡང་ལ་ཆགས་པའི་ལོ།
དེ་རིང་ཨ་མ་ཆང་མ་ཉམས་བཟང་ལ། ཆང་མ་ཆེ་རིང་བྱ་བྲིད་ཉམས་བཟང་ལ།
རྩ་སྟོད་མཐོ་ལ་བཞུགས་པའི་ལོ། འབྲོང་རྒྱུང་གཡང་ལ་ཆགས་པའི་ལོ།
དེ་རིང་ཨ་མ་ཆང་མ་ཉམས་བཟང་ལ། ཆང་མ་ཆེ་རིང་བྱ་བྲིད་ཉམས་བཟང་ལ།
བྲག་སྟོད་མཐོ་ལ་བཞུགས་པའི་ལོ། བྱ་རྒྱལ་གཡང་ལ་ཆགས་པའི་ལོ།
དེ་རིང་ཨ་མ་ཆང་མ་ཉམས་བཟང་ལ། ཆང་མ་ཆེ་རིང་བྱ་བྲིད་ཉམས་བཟང་ལ།
མཆོ་སྟོད་མཐོ་ལ་བཞུགས་པའི་ལོ། ངང་དཀར་གཡང་ལ་ཆགས་པའི་ལོ།
དེ་རིང་ཨ་མ་ཆང་མ་ཉམས་བཟང་ལ། ཆང་མ་ཆེ་རིང་བྱ་བྲིད་ཉམས་བཟང་ལ།

མདོ་ལ་སྤང་བྱུང་།

མདོ་ལ་སྤང་བྱུང་ལོ། མངའ་རིས་མངའ་རིས་ལ་སྐྱིད་བྱུང་།
མདོ་ལ་སྤང་བྱུང་ལོ། རྫོང་མགོ་རྫོང་མགོ་ལ་སྐྱིད་བྱུང་།
མདོ་ལ་སྤང་བྱུང་ལོ། མངའ་རྫོང་གཉིས་ཀྱི་བར་ནས།
མདོ་ལ་སྤང་བྱུང་ལོ། སེང་གེ་སྤང་གཤོང་ལ་སྐྱིད་བྱུང་།
མདོ་ལ་སྤང་བྱུང་ལོ། ང་ནི་ང་ནི་ལ་ཞིམ་བྱུང་།
མདོ་ལ་སྤང་བྱུང་ལོ། ཆང་ནི་ཆང་ནི་ལ་ཞིམ་བྱུང་།

མདོ་ལ་སྤང་བྱམ་ལོ། ང་ཆང་གཉིས་ཀྱི་བར་ནས།
 མདོ་ལ་སྤང་བྱམ་ལོ། ཨ་རག་བདུད་ཅི་ལ་ཞིམ་བྱང་།
 མདོ་ལ་སྤང་བྱམ་ལོ། དབྱར་ཁ་དབྱར་ཁ་ལ་སྦྱིད་བྱང་།
 མདོ་ལ་སྤང་བྱམ་ལོ། དགུན་ཁ་དགུན་ཁ་ལ་སྦྱིད་བྱང་།
 མདོ་ལ་སྤང་བྱམ་ལོ། དབྱར་དགུན་གཉིས་ཀྱི་བར་ནས།
 མདོ་ལ་སྤང་བྱམ་ལོ། རང་མེམས་སྤང་བ་ལ་སྦྱིད་བྱང་།
 བྲུ་ལ་གིས་པའི་ལོ། དགྲུང་ལ་ལ་མོ་ལ་མགོ་ན།
 ལ་བཙས་ཡོད་དོ་བརྒྱ་རང་བརྒྱ་ལ་ཅ།
 བྲུ་ལ་གིས་པའི་ལོ། དེ་དྲུ་ལ་བཙས་གསོལ་མཁན།
 ཆོང་དཔོན་ཞོར་བུ་བཟང་པོ།
 བྲུ་ལ་གིས་པའི་ལོ། དེ་འདྲའི་ལ་མོའི་ལ་ཞེད་ན།
 ལ་བཙས་ཡོད་དོ་བརྒྱ་རང་བརྒྱ་ལ་ཅ།
 བྲུ་ལ་གིས་པའི་ལོ། དེ་འདྲུ་ལ་བཙས་གསོལ་མཁན།
 རྩ་མོ་ཡོད་དོ་བོལ་ཆུང་ཉིང་མི་དཀར།
 བྲུ་ལ་གིས་པའི་ལོ། དེ་འདྲའི་ལ་མོའི་ལ་མཐུག་ན།
 རྩ་མོ་ཡོད་དོ་བརྒྱ་རང་བརྒྱ་ལ་ཅ།
 བྲུ་ལ་གིས་པའི་ལོ། དེ་འདྲའི་རྩ་མོ་མཆོད་མཁན།
 ཨ་ཅེ་ཡོད་དོ་བྱལ་ས་ཀོང་ཇོ།

རྩོད་རྩོན་པ། འོད་ཁྱིམ་ཁྱོས་དགེ་བསོད་ནམས་ཆོས་སྦྱོན།
 འཕྲེ་ལ་འཕྲེང་པ། འོ་པ་སངས་སྦྱོལ་མ།

ཅ་རིའི་གཞས་རི་བྱལ་ལྷན་པོ།

རི་བྱལ་ལྷན་པོའི་དབུ་ཅེ་ཡི་ལ་གཟིགས་དང་།
ཅ་བའི་བླ་མའི་གདན་ས་དང་པོ་མངལ་བྱང་།
ཨོ་བྱལ་པད་ལྷས་ནམ་མཁའ་འོད་གྱི་ཁེངས་སོང་།
ཆོས་གོས་ནམ་གསུམ་བར་སྤང་འོད་གྱི་ཁེངས་སོང་།
བྱེན་རྒྱབས་དམ་ཚུལ་ས་གཞི་བྱེན་གྱི་རྒྱབས་སོང་།
རི་བྱལ་ལྷན་པོའི་སྐྱེད་པ་ཡི་ལ་གཟིགས་ལ་དང་།
མགོ་འདྲེན་དཔོན་པོའི་གདན་ས་གཉིས་པ་མངལ་བྱང་།
གསེར་ཆེན་འཕོག་ཏོས་ནམ་མཁའ་འོད་གྱི་ཁེངས་སོང་།
བྱ་མའི་སྤྲུལ་གྲུག་བར་སྤང་གློག་ལ་འབྲུག་སོང་།
གདམ་དང་ཡིག་རྩིས་ས་གཞི་བྱེན་གྱི་རྒྱབས་སོང་།
རི་བྱལ་ལྷན་པོའི་ཅ་བ་ཡི་ལ་གཟིགས་དང་།
ཨ་མ་ཆང་མའི་གདན་ས་གསུམ་པ་མངལ་བྱང་།
འབྲུ་རས་དཀར་རྒྱང་ནམ་མཁའ་འོད་གྱི་ཁེངས་སོང་།
ཆང་དང་ང་ཁྱ་ས་གཞི་བྱེན་གྱི་རྒྱབས་སོང་།

བྱེའུ་འཛོལ་མོ།

བྱེའུ་ལ་འཛོལ་མོས་མ་བྱེན་འཛོལ་མོས་བྱེན།
བྱེའུ་ལ་འཛོལ་མོས་ཆོས་འཁོར་ལྷ་སར་བྱེན།

ལྷ་ས་བལྟན་པའི་འོ་བོ་དེ་མཚམས་ལ་བཞུགས།
 སྤུ་ལ་འཛོལ་མོ་ང་རས་མཚམས་གཡོག་ཞུས།
 ཟས་ལ་ཞིམ་པོ་མངར་ཆ་བྱ་རམ་ཟས།
 གསུང་ལ་སྟན་པོ་ལྷ་ཇ་གྱ་རུ་བྲངས།
 སྤུ་ལ་འཛོལ་མོས་མ་ཕྱིན་འཛོལ་མོས་ཕྱིན།
 སྤུ་ལ་འཛོལ་མོས་བསམ་ཡས་གནས་ན་ཕྱིན།
 བསམ་ཡས་བརྒྱ་ཕྱིན་པད་དཀར་མཚམས་ལ་བཞུགས།
 སྤུ་ལ་འཛོལ་མོ་ང་རས་མཚམས་གཡོག་ཞུས།
 ཟས་ལ་ཞིམ་པོ་མངར་ཆ་བྱ་རམ་ཟས།
 གསུང་ལ་སྟན་པོ་ལྷ་ཇ་གྱ་རུ་བྲངས།
 སྤུ་ལ་འཛོལ་མོས་མ་ཕྱིན་འཛོལ་མོས་ཕྱིན་ལ།
 སྤུ་ལ་འཛོལ་མོས་ཡར་ལྷུངས་གནས་ན་ཕྱིན།
 ཡར་ལྷུངས་ཨ་མ་ཆོས་སྒྲིན་མཚམས་ལ་བཞུགས།
 སྤུ་ལ་འཛོལ་མོ་ང་རས་མཚམས་གཡོག་ཞུས།
 ཟས་ལ་ཞིམ་པོ་མངར་ཆ་བྱ་རམ་ཟས།
 གསུང་ལ་སྟན་པོ་ལྷ་ཇ་གྱ་རུ་བྲངས།

གཞི་བྲུང་ཡར་མཆོད།

གཞི་བྲུང་ཡར་མཆོད་ཡར་ལ་མཆོད། ཡར་མཆོད་རྩ་བའི་གྲ་མས་མཆོད།
 ཡར་མཆོད་རྩ་བའི་གྲ་མས་མཆོད། གཞི་བྲུང་མར་མཆོད་མར་ལ་མཆོད།
 མར་མཆོད་འགོ་འདྲན་དཔོན་པོ་མཆོད། མར་མཆོད་འགོ་འདྲན་དཔོན་པོ་མཆོད།

བཀྲ་ཤིས།

ལ་ཞུས་པའི་བཀྲ་ཤིས། བཀྲ་ཤིས། བཀྲ་ཤིས་རྩུན་པོ་བཀྲ་ལ་ཤིས་པ།
གཞིས་ཀ་རྩེ་ལ་ཆོང་འདུས་ཡག་པོང་།
ཨོ་ལོ་སྤྱིད་པོ་པ་ཡུལ་ཕྱོགས་ལ་འདི་སྤྱད་གསུངས་རོགས་གནང་དང་།
ཆོ་བ་ལྷོན་པ། ཆོས་དག་ཆེ་རིང་དཔལ་ལྷོ་ལ།
འབྲུབ་མཁན། དགེ་ཆན་ལས་བྱེད།
དུས་ཆེགས། ༢༠༠༥།༡༡།༢༧

ཆོ་ཁའི་གཞས་བྱང་དེ་ནག་ཀྱང་ཐང་།

བྱང་དེ་ནག་ཀྱང་ཐང་ལ་འགྲོ་བའི་དུས། སེའོ་ཡ་ལ།
འགྲོ་བའི་དུས་སུ་བགྲོད་ཆེན་རྟ་པོ་དགོས་ཀྱིས།
འགྲོ་བའི་དུས་སུ་བགྲོད་ཆེན་རྟ་པོ་མེད་ན། སེའོ་ཡ་ལ།
ལྷང་པ་དེ་ནི་ས་ཐག་རིང་ཅམ་ཡོད་དོ།
བྱང་དེ་ནག་ཀྱང་ཐང་ལ་འགྲོ་བའི་དུས་སུ། སེའོ་ཡ་ལ།
འགྲོ་བའི་དུས་སུ་མེ་མདའ་ཡུལ་གང་དགོས་ཀྱི།
འགྲོ་བའི་དུས་སུ་མེ་མདའ་ཡུལ་གང་མེད་ན། སེའོ་ཡ་ལ།
ལྷང་པ་དེ་ནི་དག་ཐོན་ཆེ་ཅམ་ཡོད་དོ། ཨ་ཅག་ཏད་ཏད།
ཕར་རི་གསེར་གྱི་ཟམ་པའི་སྤང་ལ། གསེར་གྱི་འཇའ་རིས་ཤིག་ཤིག

རྒྱུ་རྩེ་གཡུ་ཡི་ཟམ་པའི་སྒྲུང་ལ། གཡུ་ཡི་འཇའ་རིས་གིག་གིག
 སྤུ་རྒྱུ་འཇོལ་མོ་དགའ་བ་ལ། དགེ་བ་ཡོང་ས་མ་རེད།
 གཡམ་མེད་དགེ་བ་བྱུང་ན། རང་ཡུལ་སྤྱོད་གས་ལ་ལོག་འགྲོ།

མགྲོགས་འབྲལ།

གཞས་ཅིག་བཏང་ན་འར། རྒྱ་ཅིག་ལེན་ཏུར།
 འར་འིར་ཏུར་ཆགས། འདིར་ཆགས་ཆགས།

རྩོམ་སྒྲིན་པ། རོར་བཟང་།
 འབྲལ་མཁན། དགེ་ཆན་ལས་བྱེད།
 ཏུས་ཆོགས། ༢༠༠༥༡༥༡༣༧

མཉམ་གཞས་སྐལ་བཟང་རྒྱ་ཡི་མཆོད་པ།

རྒྱལ་ཀུན་སྤྱི་འཇུག་རང་གཟུགས། ལྷ་ལྷ་མགོན་པས་ན་འཇོན་ལྷ་མཆོ།
 རང་ཅག་བོད་མིའི་མགོན་ཏུ། བསྐལ་པ་རྒྱ་མཆོར་བཞུགས་གསོལ།
 ཏུས་རབས་ཉེར་གཅིག་ལམ་ནས། སྐལ་བཟང་རྒྱ་ཡི་མཆོད་པ།
 ཅི་དགར་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་པ། ལྷ་ཡི་འབྲུངས་སྐར་ཏུས་ཆེན།
 དགའ་པོ་ལ། རྒྱུད་པ་ལ།
 དགྲུང་གྲངས་བདུན་བཅུར་ཕེབས་པའི། ལྷ་ཡི་འབྲུངས་སྐར་ཏུས་ཆེན།

མེ་དོག་སྤང་གི་རྒྱན་རེད། ཟབ་མཚོར་ལུས་ཀྱི་རྒྱན་རེད།
 ཡ་རྒྱལ་བའི་འཁྲུངས་སྐར་དུས་ཆེན། བོད་མི་ང་ཚོའི་རྒྱན་རེད།
 བརྟེ་བའི་གྲོགས་དང་གྲོགས་མོ། ཉེ་བའི་སྤྱན་དང་ཁྱིམ་མཚེས།
 མ་འཕོད་མགོན་དུ་འཛོམས་པ། ཡ་སྐྱུ་ཡི་འཁྲུངས་སྐར་དུས་ཆེན།
 དགའ་བོ་ལ། རྒྱུད་པ་ལ།
 རང་ཅག་བོད་མི་རྣམས་ནས། རྒྱལ་བའི་བཀའ་དྲིན་རྗེས་དྲན།
 དགའ་དགའ་སློ་སློའི་ངང་ནས། འཚམས་འདྲིའི་སྐུ་དབྱངས་འབྲུལ་ལོ།
 དགའ་བོ་ལ། རྒྱུད་པ་ལ།
 སློབ་སྟོན་པ། སློས་དགེ་བསམ་གཏན་དོན་གྲུབ།
 འཁྲུབ་མཁན། དགེ་ཅན་ལས་ཕྱེད།
 དུས་ཚིགས། ༢༠༠༥།༡༡།༡༧

༡༡། ཁོད་གཞུང་རྫོང་གར་དབུ་བརྟེས་ནས་མི་ལོ་ ༤༥
 འཁོར་བའི་དུས་ཆེན་སྐྱེད་བཅི་ཞུ་བའི་མཛད་སྒོར་
 མོ་སྐྱེ་གཞས་གསུམ་གཟིགས་ཕུད་ཞུས་པའི་
 ཆེག་ཁག་བཞུགས་སོ།།

སྐྱེ་མགོན་གཙོ་པོ་ཁྲིམས་ཞིབ་པ་ཟུར་པ་ཞི་པོ་རྫོ་བཟང་དར་རྒྱས་
 མཆོག་

རྡོན་པ་རུ་ཁག་གི་འབྲལ་སྟོན་པ།

བཀྲ་ཤིས་སྟོབས་རྒྱལ། རུ་དཔོན།

བཀྲིས་དར་རྒྱས། བརྟན་འཛིན་ཡོན་ཏན། བརྟན་འཛིན་འཛིན།
 ཡེ་ཤེས་བསམ་གྲུབ། བརྟན་འཛིན་འོད་འབྱུང། བརྟན་འཛིན་ཉིང་རྩེ།
 རིག་འཛིན་རྫོལ་མ། པ་སངས་རྫོལ་མ། བརྟན་འཛིན་རྫོན་མེ།
 བརྟན་འཛིན་རྫོན་གསལ། ཆེ་རིང་རྫོལ་དཀར། བརྟན་འཛིན་ཆོས་རྫོན།
 བརྟན་འཛིན་ཞོར་བུ། རྫོ་བཟང་རྒྱལ་མཆོན། བརྟན་འཛིན་ཆོས་ཉིད།
 བརྟན་འཛིན་ཆེ་བུ། ཆེ་རིང་དབང་རྒྱལ། བརྟན་འཛིན་གཡུ་རྒྱལ།
 བརྟན་འཛིན་ཆེ་བན། བརྟན་འཛིན་བྱང་ཆུབ། བརྟན་འཛིན་བདེ་སྦྱིད།
 རིག་འཛིན་མཆོ་མོ། བརྟན་འཛིན་ཡོན་ཏན། ཆེ་རིང་འབྱུར་མེད།

ལག་བསྟར་མེད་པའི་གཞུང་ནང་།	རྒྱལ་སྤྱིའི་ཅེད་འགན་མཆོམས་འཛིན་གོས།
ང་ཆོ་ཆང་མ་འགྲོ་བཀྱི་མིན།	པེ་ཅིང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཨོ་ལམ་པི།
ང་ཆོ་ཆང་མ་ཅེད་ཀྱི་མིན།	ཉིས་ལྷོང་བརྒྱད་ཡོའི་ཨོ་ལམ་པི།
ཁྱིད་ལ་རྩལ་བསམ་ཡོད་ན།	ལན་གཅིག་དགོངས་པ་བཞེད་དང་།
ཁྱིད་ལ་བྱང་བདེན་ཡོད་ན།	དམངས་ཀྱི་བསམ་འདུན་བསྐྱབ་དང་།
ང་ཆོ་ཆང་མ་འགྲོ་བཀྱི་མིན།	པེ་ཅིང་རྒྱལ་སྤྱིའི་ཨོ་ལམ་པི།
ང་ཆོ་ཆང་མ་ཅེད་ཀྱི་མིན།	ཉིས་ལྷོང་བརྒྱད་ཡོའི་ཨོ་ལམ་པི།
གནས་ཆོག	ས་ར་མཐོ་སློབ་ཀྱི་སློབ་གཉེར་བ་རྒྱ་མཚོ།
	བཀའ་བྱང་ཡིག་ཆང་གི་བགྲིས་ཐག་གཅོད།
གནས་གདངས།	རྒྱ་ཁག་ནས།

སྤྱི་ཅིང་གི་ཡུལ་གནས།

༡༡། །དེ་ཡང་སྤྱི་ཅིང་གི་ཡུལ་གནས་ཆགས་གསུམ་ཞེས་པ་དང་། ཟླ་བ་
 དང་པོའི་ཆོས་ཆེན་བཅོལ་ལྟེ། གནས་གསུམ་བཅས་འཁྲབ་ཆོན་གཅིག་གི་ནང་
 ཏུ་གཟིགས་འབུལ་ཞུ་རྒྱུའི་ཐོག་མར་ངོ་སློང་རག་ཙམ་ཞུ་རྒྱུར། ཆགས་གསུམ་
 ཞེས་པ་ནི་རྒྱ་བོ་མ་བྱ་ཁ་བབས་ཀྱི་འདབ་རོལ་དུ་སྤྱི་ཅིང་ལུང་པ་ཆགས་ཡོད་པས་
 རྒྱ་བོ་མ་བྱ་ཁ་བབས་ལ་བཤད་པ་དང་། ཟླ་བ་དང་པོའི་ཆོས་ཆེན་བཅོལ་ལྟེ་ནི་ཨོ་
 ཅེ་རྒྱ་བཟའ་བོད་ལ་ཕེབས་རྒྱུར་ཞལ་བཞེད་གནང་བའི་དུས་ཆོག་ནིང་བསྐྱལ་བགྲིས་
 པ། གནས་གསུམ་ཞེས་པ་ནི་གངས་དཀར་ཉི་མེ་དང་། མཚོ་ཆེན་མ་པམ། གོང་
 བརྒྱད་མཚོ་ཆེན་བཅས་གནས་ཆེན་གསུམ་ལ་གནས་མཇུག་དང་སྤྱགས་སྒྲིར་ར་

བརྒྱུད་པ་སྤྲོད་ཀྱི་གཞུང་ཆོས་དོན་སྤྱིར་ལྟ་བུ་གཞུང་པ་དང་ས་སྐྱོན་འདྲིའི་བས་
པའི་སྤྱི་ཤེད་གི་ཡུལ་གཞུང་གཞིགས་འདུལ་ཞུ་རྒྱུ་ཡིན།

ཆགས་གསུམ།

ཆགས་གསུམ་ཆགས་ཟེར་ན། རྒྱ་འདི་རྒྱ་གར་མ་དུའི་རྒྱ་ལ།
རྒྱ་གར་མ་དུའི་རྒྱ་ལ་བཤད་དགོས་མེད། འདྲེན་དགོས་མེད།
ཆགས་གསུམ་ཆགས་ཟེར་ན། བདག་ལ་མཚན་ལྡན་གླ་མས།
ཁྱིད་རང་དམ་པའི་རྩ་ཆོས་ལུས་ཤོག་གསུངས། ལུས་ཤོག་གསུངས།
ཆགས་གསུམ་ཆགས་ཟེར་ན། བདག་ལ་མགོ་འདྲེན་དཔོན་པོས།
ཁྱིད་རང་ཤོགས་པའི་དག་པོ་བདུལ་ཤོག་གསུངས། བདུལ་ཤོག་གསུངས།
ཆགས་གསུམ་ཆགས་ཟེར་ན། བདག་ལ་དྲིན་ཆེན་པ་མས།
རང་གི་ཡུལ་དུ་འབྱུག་མ་ཡང་ཡང་རྒྱུ་བས་ལ། ཡང་ཡང་རྒྱུ་བས་ལ།

ཟླ་བ་དང་པོའི་ཆོས་ཆེན།

ཟླ་བ་དང་པོའི་ཆོས་ཆེན། བཅོམ་པ་རང་ཅི་མིན་འདུག
རྒྱ་བཟའ་པོད་ལ་ཐེངས་པའི་ཞལ་བཞེད་ཡོད། ཞེ་མ་ལན་གཅིག་སོ།
གངས་རི་དཀར་པོ་ཞིག་ལ། ཞེད་དགོས་རང་ཅི་མིན་འདུག
གཡག་གུ་རྟོག་པོ་བརྒྱ་ཡིས་བསུ་མ་ཡོད། ཞེ་མ་ལན་གཅིག་སོ།
རྒྱ་འདི་རྒྱ་རྒྱ་རབ་ལ། ཞེད་དགོས་རང་ཅི་མིན་འདུག
གྲུ་ཤན་ན་མགོ་བརྒྱ་ཡིས་བསུ་མ་ཡོད། ཞེ་མ་ལན་གཅིག་སོ།
ཐང་དེ་བརྒྱ་ཐང་ལ། ཞེད་དགོས་རང་ཅི་མིན་འདུག

གྲི་ཡིང་ན་པོ་བརྒྱ་ཡིས་བསུ་མ་ཡོད། ཨེ་མ་ལན་གཅིག་སོ།
 མི་རིགས་མི་གཅིག་གསུམ་སྟོང་གསུམ་བརྒྱ་ཡོད།
 མི་རིགས་རྒྱན་པ་ནམས་ནི། བོད་ཀྱི་མི་རིགས་ཡིན།
 བོད་ཀྱི་མི་རིགས་ཡིན་ན་དགའ་བ་ལ། བོད་ཀྱི་མི་རིགས་ཡིན་ན་སྤྱིད་པ་ལ།

གནས་གསུམ་སྟོར་ར་ལ།

གངས་ལ་སྟོད་ཀྱི་མཐོན་པོ། གངས་ལ་སེམྤ་དཀར་མོ།
 གངས་སྟོད་དར་སེང་དཀར་མོ། གནས་གསུམ་སྟོར་ར་ལ་ཐེབས་དང་།
 སྟོར་ར་ལད་མོ་ལ་ཐེབས་དང་།
 མཆོ་ལ་སྟོད་ཀྱི་མཐོན་པོ། ཉ་ལ་རྒྱུང་གི་གསེར་མིག
 མཆོ་སྟོད་ཉ་རྒྱུང་གསེར་མིག གནས་གསུམ་སྟོར་ར་ལ་ཐེབས་དང་།
 སྟོར་ར་ལད་མོ་ལ་ཐེབས་དང་།
 བྲག་ལ་སྟོད་ཀྱི་མཐོན་པོ། བྲ་ལ་རྒྱལ་གྱི་ཤོད་པོ།
 བྲ་སྟོད་བྲ་རྒྱལ་ཤོད་པོ། གནས་གསུམ་སྟོར་ར་ལ་ཐེབས་དང་།
 སྟོར་ར་ལད་མོ་ལ་ཐེབས་དང་།
 སྒང་ལ་སྟོད་ཀྱི་མཐོན་པོ། སྒ་ལ་བ་ཡི་རྩ་བུ།
 སྒང་སྟོད་སྒང་བ་རྩ་བུ། གནས་གསུམ་སྟོར་ར་ལ་ཐེབས་དང་།
 སྟོར་ར་ལད་མོ་ལ་ཐེབས་དང་།
 སྟོབ་སྟོན་པ། སྟན་ཅིས་ཁང་ནང་ཡོད་ཆོས་བཟང་རྒྱལ་མོ།
 ཀྱན་འཛོམས་བཟང་མོ། སྟེ་ལ་གོ་བ་ཨ་བསམ་གྱུ་བ།
 འབྲེལ་ཤེད་པ། ཁོ་པ་རིག་འཛིན་སྟོན་ལ།

མཉམ་གཞས་གངས་དཀར་མཆོད་རྟེན།

༡༡། །དེ་ཡང་མདོ་སྨྲ་བ་ལྟར་དུ་ད་ལྟོ་མཉམ་གཞས་སྟེན་མེད་པའི་གནའ་
རབས་ཀྱི་རིག་གཞུང་བཟང་པོ་མཉམ་གཞས་འགྲོག་སྐྱེའམ་ཨ་ཙེད། ལ་སྐྱེ། སྐྱེ་
གསས། སྤྲིད་པ་ཆགས་རབས་ཀྱི་སྐྱེ། སྤྲེས་པ་གཉིད་འགྲུགས་ཐབས་ཀྱི་སྐྱེ།
ས་ཞིང་བར་བསྐྱེའི་ལས་སྐྱེ། སྤྲིང་པ་བཟོ་སྐྱེན་གྱི་ལས་སྐྱེ། རྒོ་དྲོགས་སྐབས་
ཀྱི་ལས་སྐྱེ་ལ་སོགས་པ་མང་པོ་ཞིག་ཡོད་པ་ལས་ད་རེས་རྡོན་པ་རུ་ཁག་ནས་བོད་ཀྱི་
སྤྲིད་པ་ཆགས་རབས་ཀྱི་གཞས་གངས་དཀར་མཆོད་རྟེན་ཞེས་པ་གཟེགས་འབྲུལ་བྱ་
རྒྱུ་ཡིན།

གཞས་ཆེན་ག

གངས་དཀར་པོའི་མཆོད་རྟེན་བཞེངས་འདྲ་བོ། ཆ་བཞག་ན་མ་ཆེན་གངས་རི་རེད།
བོད་ཁ་བ་ཅན་གྱི་སྒྲ་རི་རེད། གངས་ལོ་རེ་བསྐྱད་ཀྱི་རྩ་མཐུག་རེད།
བོད་དབུ་འཕང་མཐོ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་རེད།
དར་དཀར་པོའི་རྟེན་རགས་བཅེངས་འདྲ་བོ། ཆ་བཞག་ན་མ་ཆུ་འབྲུག་ཆུ་རེད།
བོད་ཁ་བ་ཅན་གྱི་འབྲུང་ཆུ་རེད། ཆུ་ལོ་དེ་བསྐྱད་ཀྱི་རྩ་ཆུས་རེད།
བོད་འཕྲོར་ཕྱག་དར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་རེད།
གོས་ལྗང་སྐྱག་ཐང་ལ་བཀམས་འདྲ་བོ། ཆ་བཞག་ན་འཕྲོག་པའི་རྩ་ཐང་རེད།
བོད་སྐྱ་ནག་འཛོལ་བའི་རྟེན་གཞི་རེད། རྩ་ལོ་རེ་བསྐྱད་ཀྱི་རྩ་བཟང་རེད།
འཕྲོག་འཛོལ་བ་སྦྱིད་པའི་རྟེན་འབྲེལ་རེད།
ཨ་ཤེས། དགྲུང་ཨ་སྡོན་གར་སྦྱོགས་གནམ་མཁའ་ནས།

[illegible]

རྩོད་གན་ན་བྱ་གསུམ་འཕུར་ནོ་གན། བྱ་མགོ་མ་མ་བྱ་རྩོད་ཡག་ཤེད།
 བྱ་ཡག་ནས་ཐུ་མ་ཤེད་ག། རྩོད་ཡག་པོ་བུ་མ་པའི་ཁ་རྒྱན་ཤེད།
 གསེར་བུ་མ་རྒྱུད་འཛིན་གྱི་ཐུ་མ་སོ། བྱ་གན་ཆོ་མ་བརྟེན་ཡིད་ལ་བྱུངས།
 རྩོད་གན་ན་བྱ་གསུམ་འཕུར་ནོ་གན། བྱ་བར་མ་བཟང་དཀར་ཆོད་པོ་ཤེད།
 བྱ་ཡག་ནས་རྩལ་ཤར་མ་ཤེད་ག། རྩོད་ཡག་པོ་མདའ་མོ་གཏོང་བྱེད་ཤེད།
 མདའ་ཉག་རྩན་འཛིན་གྱི་རྩལ་ཤར་སོ། བྱ་གན་ཆོ་མ་བརྟེན་ཡིད་ལ་བྱུངས།
 རྩོད་གན་ན་བྱ་གསུམ་འཕུར་ནོ་གན། བྱ་གཞུག་མ་བྱ་བྱ་གསོན་མོ་ཤེད།
 བྱ་ཡག་ནས་བྱ་མོ་མ་ཤེད་ག། རྩད་རྩན་མོ་བྱ་མོའི་གནས་རྩད་ཤེད།
 དམན་བྱ་མོ་གནས་ལ་འགྲོ་ནོ་སོ། བྱ་གན་ཆོ་མ་བརྟེན་ཡིད་ལ་བྱུངས།
 རྩོད་རྩོན་པ། བེས་བྱ་ཀླུ་པ་རྩུས་མཁོན་པོ་བཀྲིས་དང། ཟུ་མིགས་ཐར།
 འབྲེལ་བྱེད་པ། ཁྱོ་པ་བརྩན་འཛིན་ཡོན་ཏན་དང། པར་བརྩན་འཛིན།

སྟོད་དིང་མིའི་གཞས་མཆོད་པ་ཡར་མཆོད།

༡༡། འི་ཡར་སྟོད་ལུ་རྟེ་ཆོ་བཟང་དུས་བཟང་སྐབས་སུ་ལུང་ཆོན་ཁག་གི་
དབར་གཞན་དང་ཞབས་ཤྱོད་གཞན་བརྟུར་བཏང་ནས་བཟང་ཞན་དུ་བ་འབྲེད་
མ་ལུང་པར་ཉིན་མཆོན་དུ་མ་བཞོར་གྱི་ཡོད་པ་རེད། སྟོད་པ་ཆོའི་ཞལ་རྒྱུན་
ལ་མངའ་ཡི་ས་ཁང་ས་ཞིང་དང་། ཡུ་ཡི་རུ་བ་རུ་གཞིས་ཀྱི་དོན་ལ་ཚོད་ལེན་
ཤས་ཏེ་ལན་གཅིག་པར་ལ་ཞོར་གྲང་། ལན་གཉིས་ཚུར་ལ་ཞོབ་སྟོལ་ཡོད་པ་
རེད། གཞས་དང་ཞབས་ཤྱོད་བརྟུར་ནས་ཞོར་ན་ཞོར་གཅིག་རང་ཡིན་དོ། ཅས་
བརྗོད་ནས་གཞས་དང་ཞབས་ཤྱོད་ཉིན་དུ་གལ་འགང་ཆོན་པོར་ཅིས་སྟོལ་ཡོད་པ་
རེད། རྒྱ་མཆོན་དེ་འདྲའི་དབང་གིས་དེ་རེས་རྗོན་པ་རུ་ཁྱེད་ནས་སྟོད་དིང་མིའི་
ཡུལ་གཞས་མཆོད་པ་ཡར་མཆོད་དང་། གར་ལུང་བྲག་སོ་ཟེར་ན་སོ་བཅས་
འདྲའ་ཆོན་གཅིག་གི་ནང་དུ་གཟིགས་འདུལ་བྱ་རྒྱ་ཡིན།

གཞས་ཆིག

མཆོད་པ་ཡར་མཆོད། ཅ་བའི་ཆ་མ་ལ་ཤུལ།

སྟེ་མའི་ཡར་འདྲན་ལ་ཤུལ།

མཆོད་པ་ཡར་མཆོད། མགོ་འདྲན་དཔོན་པོ་ལ་ཤུལ།

ཁམས་གསུམ་དབང་འདུས་ལ་ཤུལ།

མཆོད་པ་ཡར་མཆོད། དེན་ཆེན་པ་མ་ལ་ཤུལ།

བསོད་བདེའི་རྒྱལ་རྒྱུན་ལ་ཤུལ།

བྲག་སྟོད་ཡ་གི་གསེར་བྱ་ཡིན་ན་བསམས་བྱང་།

བྲག་སྒྲད་མ་གཤིག་ཡུ་བྱ་ཡིན་ན་བསམས་བྱུང་།
 དཔོན་པོ་བྲག་གིས་རྒྱལ་ཨ་རག་བཏུངས་ནས་བད་སྲིང་།
 གཞོན་གཞོན་སྤང་རྒྱན་མེ་དོག་འབྲུག་མ་རྒྱག་དུ་ཐེབས་ཐོག

གར་ལུང་བྲག

གར་ལུང་བྲག་གི་ལོགས་ལ། མེ་དོག་པརྟེ་སྲིང་པོ།
 མེ་དོག་ཞལ་ཁ་སྤེ་ནས། གར་ལུང་འོད་ཀྱི་ཁེངས་སྲིང་།
 གར་སྲིང་བསམས་པ་མ་གདོགས། ཆས་སྲིང་བསམས་པ་མིན་འདུག
 གར་ལུང་པོ་གཞོན་མོ་གཞོན། སྤར་ལས་དར་ཞིང་རྒྱས་པ།
 དར་ཞིང་རྒྱས་པའི་དར་ལྗོངས། སྤང་མའི་(ཡུལ་ལྗོངས་) དབུ་ལ་བཙུགས་ཡོད།

སྤ་ཟེར་ན་སོ།

དགོན་ཆེན་གཅིག་བཞེང་ཟེར་ན། སྤ་བྲང་གཅིག་བཞེངས།
 གསུམས་མགོན་ཡིད་བཞིན་ནོར་བུའི་ཉམས་བཟང་བདེ། སྤ་ཡ་ལ་སོ།
 ལ་ཆེན་གཅིག་བརྒྱབ་ཟེར་ན། ལ་ཆུང་གཅིག་ཡོད།
 བདག་དང་གཡག་གྲ་རོག་ཆུང་ཉམས་བཟང་བདེ། སྤ་ཡ་ལ་སོ།
 ཐང་ཆེན་གཅིག་བརྒྱབ་ཟེར་ན། ཐང་ཆུང་གཅིག་ཡོད།
 བདག་དང་གྱི་ཡིང་རྟ་པོ་ཉམས་བཟང་བདེ། སྤ་ཡ་ལ་སོ།
 ལྗས་ཆེན་གཅིག་བརྒྱབ་ཟེར་ན། ལྗས་ཆུང་གཅིག་ཡོད།
 བདག་དང་གཡང་དཀར་མ་མོའི་ཉམས་བཟང་བདེ། སྤ་ཡ་ལ་སོ།

རྒྱ་ཆེན་གཅིག་བརྒྱུ་བློ་རྒྱ་ རྒྱ་ཆུང་གཅིག་ཡོད།
 བདག་དང་གྲུ་མཆན་མཁོའི་ཉམས་བཟང་བདེ། སོ་ཡ་ལ་སོ།
 ཆོས་སྤྲིད་གཅིག་བཞེད་བེར་ན། རྒྱལ་སྤྲད་གཅིག་བཞེད།
 བདག་དང་རིགས་རྒྱལ་སེམས་ཅན་ཉམས་བཟང་བདེ། སོ་ཡ་ལ་སོ།
 ལྷོ་བ་ལྷོ་ན་པ། འཁོར་རྒྱུ་ཆེ་རིང་བདེ་སྤྲིད་སྤྲིས་ལོ་ ༡༡
 རྒྱང་འཁོར་གཡང་ཆེན་སྤྲིས་ལོ་ ༢༣
 རྒྱང་རིང་བཀ་དབང་སྤྲོལ་མ་སྤྲིས་ལོ་ ༢༡
 ཆེ་རིང་སྤྲོལ་མ་སྤྲིས་ལོ་ ༢༤
 འབྲེལ་བྲེད་པ། སྤོ་བ་བྲ་གིས་དར་རྒྱས། བྲིས་སྤོ་བས་རྒྱལ།

རྒྱ་ལུ་རུ་ཁག་གི་འཁྲུབ་སྤྲོན་པ།

དག་དབང་བསྟན་འཛིན། རུ་དཔོན།
 བསྟན་འཛིན་ཞོར་བུ། བསྟན་འཛིན་བུམས་པ། སུར་བུ་ཆེ་རིང་།
 བྲིས་ཆེ་རིང་། རྒྱ་རིགས་གྲགས་པ། ཡོ་རྒྱན་ཞོར་བུ། དངོས་བྱུང་དབང་མོ།
 སུན་ཆོགས་སྤྲོལ་མ། བསྟན་འཛིན་ཆོས་ཉིད། དབྱངས་ཅན་སྤྲོལ་དཀར།
 ཆེ་རིང་དཔལ་མོ། བསྟན་འཛིན་གཡང་འཛོམས། བསྟན་འཛིན་མཆོ་མོ།
 ཞོར་བུ་བསམ་འཕེལ། བསྟན་འཛིན་སུན་ཆོགས། བསྟན་འཛིན་ཀུན་བཟང་།
 འངམ་དཔལ་དོ་རྩེ། བསྟན་འཛིན་འངམ་དབྱངས། བསྟན་འཛིན་འོད་ཟེར།
 བསྟན་འཛིན་འབྲོར་ལྷན། ཉི་མ་མཆོམས་གཙོད། རྒྱ་བ་བུ་ཁྲིད།
 ཆེ་དཔག་དབང་མོ། དག་དབང་བདེ་ཆེན། ཆེ་རིང་སྤྲོལ་དཀར།

རྒྱུད་གཞུང་གི་ཡུམ་པ་ཀའ་དྲིན་ཅན་ལ་ཇེས་བློ།

༡༡། རྟེན་ཡང་དུས་རབས་ཉེར་གཅིག་འདི་ཡི་ནང་དེང་དུས་མཆོན་ཆས་གཏོར་
བཅོམས་ཀྱིས་རང་རྒྱལ་གཞན་པམ་ཐུན་པའི་སྒྲིག་རུམ་ན། གངས་ལ་ཉི་མ་ཤར་
འདྲ་པའི་སྒྲིག་བྱ་ཆེན་པོ་འཇམ་གླིང་ནི་བདེའི་དེད་དཔོན་ལ་སྤྱི་ནོར་གོང་ས་ཡིད་
བཞིན་ནོར་བུ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་གང་ནས་བྱུང་བའི་ཁྲུངས་ནི་དུས་གསུམ་སངས་
རྒྱལ་འབྱུངས་པའི་ཡུམ་མ་གཅིག་ཇེ་བཅུན་སྒྲོལ་མའི་ནམ་སྤྱུལ་རྒྱལ་ཡུམ་བཀྱིན་
མཚུངས་ཟླ་མ་མཆིས་པ་བདེ་སྦྱིད་ཆེ་རེང་ཞིང་གཤེགས་དེ་ཉིད་ཀྱིས་འཕྲིན་ལས་
ནས་བྱུང་བ་མ་ཟད། ལ་སྤྱིའི་གཙུང་མོ་འཇམ་གླིང་གིས་པའི་ཡུམ་ཆེན་ཇེ་བཅུན་
པར་མཆོག་གྱུང་དམ་པ་གང་ཉིད་ཀྱི་འཕྲིན་ལས་ནས་བྱུང་བ་དེ་ནི་འཇམ་གླིང་མི་
མང་གི་བསོད་བདེ་བསོད་ནམས་གིག་ཡིན་པ་དང་། ཡང་སྒྲོས་བོད་མི་མང་གི་
བདེན་མཐའ་གསལ་བའི་ལམ་འགྲོ་ཞིག་ཡིན་གཤིས་ད་རེས་རྒྱ་ལུ་རུ་ཁག་ནས་
དགའ་དད་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་ཡུམ་བཀྱིན་ཅན་ལ་ཇེས་བློ་ཞེས་པའི་གཟིགས་
འདུལ་ཞུ་རྒྱ་ཡིན།

གཞུང་ཆེན་ག

ཉི་མ་ལ་ལ་ཐེབས་སོང་། གྲིབ་སོ་ཐང་ལ་བབས་སོང་།
མ་མོས་ལུ་གུ་འཁྲིད་དུས། ཡུམ་ཆེན་ཡིད་ལ་བློན་བྱུང་།
མ་སྒྲིག་ཨ་མའི་ཞལ་རས། བྱུང་པའི་ཡིད་ལ་བློན་བྱུང་།
ནམ་མཁའི་མཐོངས་ལ་བཞུགས་པའི། རྣར་མ་བྱང་རྣར་ཐུན་བདུན།

ཁྱེད་རང་མཛེལ་པ་ཅམ་གྱི། ལ་ཀྱལ་ཡུམ་ཡིད་པ་དྲན་བྱང་།
 ད་ཆ་རང་མགོ་བྱོན་པའི། འོད་སྤྱད་བདག་པ་གཞིགས་དང་།
 ལུས་རག་ཡིད་ཀྱིས་གྲུས་པའི། ཁྱེད་པ་རྗེས་དྲན་ཞུ་བ་གྱི།
 སུང་མི་ལུས་གྲོབ་པ། ཨ་མ་ཁྱེད་ཀྱི་གནང་བྱང་།
 གཞས་ཆོག་ སྤྱོད་པ་ཉེར་པ་སྤྲུལ་ཆོགས།
 གཞས་གདངས། ཁྱོད་ཚོར་བྱ་བས་མ་འཕེལ། ཀྱན་བཟང་།

སྒྲུབ་ཁམས་གཞས་ཨེ་སྒྲོར་ལད་མོ།

༣༡། འདི་ཡང་སྒྲུབ་ཁམས་ནི་སྒྲུབ་མདོ་ཁམས་སྒྲུབ་བྱ་གཤི་ཡ་གྲུལ་སྒྲུབ་ཁམས་
 སྒྲུབ་བྱ་ཆགས་ཡོད་ཅིང་། སྒྲིང་གེ་སར་ཀྱལ་པོའི་སྐབས་སྒྲིང་གི་བསྟན་པ་སྤྱི་
 དར་དང་བར་དར། སྤྱི་དར་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་བསྟན་པ་བར་དར་གྱི་སྐབས་
 སུ་སྒྲུབ་ཁམས་འདི་སྒྲིང་རྒྱང་རྒྱད་འབྱུང་གྱི་མངའ་འབངས་ཡིན་ཅིང་། ཡོངས་
 བཀགས་བཤད་རྒྱུ་ན་སྒྲུབ་ཁམས་སྒྲིང་ཡུལ་ཏེ་མོ་ཟེར། དེའི་ཆོ་བོད་ཆེ་ལུ་པའི་
 འཛམ་སྒྲིང་སྤྱི་བསངས་ཉིན་མོར་སྒྲིང་གི་དཔའ་བརྟུལ་ནམས་དོ་འཛོམས་གྱི་དགྲ་
 རྩ་གསོལ་བ་དང་སྐྱགས་དཔའ་པོའི་གད་རྒྱང་བསྐྱགས་ནས་མདའ་གྱི་མདུང་གསུམ་
 གྱི་དཔའ་རྩལ་དོམས་ནས་དགའ་བའི་རྟགས་སུ་སྒྲུ་ཆང་། སྒྱེད་པའི་རྟགས་སུ་
 བྱོ་བརྟུང་སྟེ་སྒྱེད་པོ་དང་དགའ་བའི་ཉམས་འཕེལ་བའི་རང་ནས་མཛད་སྒོའི་མཛུག་
 རྩོག་གི་ཡོད་པ་ལས་ད་རེས་ཀྱི་ཡུ་རུ་ཁག་ནས་དེའི་ཆོ་དེའི་དུས་ཀྱི་འཁྲབ་རྒྱུ་ན་
 ཡོད་པའི་གཞས་ཨེ་སྒྲོར་ལད་མོ་ཞེས་པ་གཞིགས་འདུལ་ཞུ་གྱི་ན།

གཞུག་ཆེན་ག

རི་གཅིག་གསེར་རིའི་ངོ་ལ། མཚོ་གཅིག་གསེར་མཚོ་ཆགས་ཡོད།
མཚོ་གཅིག་གསེར་མཚོའི་ཁ་ལ། བེང་གཅིག་གསེར་བེང་སྐྱེས་ཡོད།
བེང་གཅིག་གསེར་བེང་མགོ་ལ། སྤ་གཅིག་གསེར་སྤ་བབས་ཡོད།
གསེར་སྤ་ཐིང་ཐག་རིང་སོང་། འཛོམས་ཀྱི་མ་རེད་བསམས་
བྱུང་།

ལུང་པ་རྩ་གསར་དར་བྱུང་། མི་འཛོམས་ས་ཞིག་འཛོམས་བྱུང་།
རི་གཅིག་དངུལ་རིའི་ངོ་ལ། མཚོ་གཅིག་དངུལ་མཚོ་ཆགས་ཡོད།
མཚོ་གཅིག་དངུལ་མཚོའི་ཁ་ལ། བེང་གཅིག་དངུལ་བེང་སྐྱེས་ཡོད།
བེང་གཅིག་དངུལ་བེང་མགོ་ལ། སྤ་གཅིག་དངུལ་སྤ་བབས་ཡོད།
དངུལ་སྤ་ཐིང་ཐག་རིང་སོང་། འཛོམས་ཀྱི་མ་རེད་བསམས་བྱུང་།
ལུང་པ་རྩ་གསར་དར་བྱུང་། མི་འཛོམས་ས་ཞིག་འཛོམས་བྱུང་།
རི་གཅིག་གཡུ་རིའི་ངོ་ལ། མཚོ་གཅིག་གཡུ་མཚོ་ཆགས་ཡོད།
མཚོ་གཅིག་གཡུ་མཚོའི་ཁ་ལ། བེང་གཅིག་གཡུ་བེང་སྐྱེས་ཡོད།
བེང་གཅིག་གཡུ་བེང་མགོ་ལ། སྤ་གཅིག་གཡུ་སྤ་བབས་ཡོད།
གཡུ་སྤ་ཐིང་ཐག་རིང་སོང་། འཛོམས་ཀྱི་མ་རེད་བསམས་བྱུང་།
ལུང་པ་རྩ་གསར་དར་བྱུང་། མི་འཛོམས་ས་ཞིག་འཛོམས་བྱུང་།

སྒོ་བ་སྒོ་མ་པ། སྒྲ་པ་ཁམས་པ་ཆེ་ཉི་མ་ལགས།

འབྲེལ་བྱེད་པ། བྱོ་པ་ངག་དབང་བསྟན་འཛིན། དངོས་སྤྱུ་བ་དབང་མོ། ཆེ་རིང་།

མཉམ་གཞས་ཀྱི་དཔེ་མདའ་ཟུ།

༡༡། རྟེན་ཡང་གིན་དུ་མངོས་སྤྱུག་རྩལ་པའི་རང་རེའི་ཀྱོང་པོ་ཁྲུལ་དུ་གནའ་
སྤྲུལ་ནས་དར་ཁབ་བྱུང་པའི་མདའ་ཅིང་དང་མདའ་ཟུ་ནི་ལོ་གསར་དང་ཁྱིའ་
ཁའི་སྐབས་སུ་ཅིང་སྟོན་དང་གཏོང་སྟོན་ཡོད་པ་ཞིག་རེད། ལོ་གསར་དེ་ཡང་
པོད་སྤྱི་དང་མི་འདྲ་བར་པོད་ཟླ་བཅུ་པའི་ནང་གཏོང་དགོས་དོན་ནི་ཀྱོང་པོ་ཨ་
ཀྲུལ་པོའི་སྐབས་སུ་དོར་དམག་པོད་ཀྱི་བྱང་སྟོན་སྤྱུག་པར་བརྟེན། པོད་
ཀྱི་བཅན་པོས་ཀྱོང་ཡུལ་གྱི་ཨ་ཀྲུལ་ཀྲུལ་པོ་ལ་ཀྱོང་དམག་འཁྲིད་ནས་གཡུལ་སར་
བསྐྱོད་དགོས་པའི་བཀའ་བཏང་། སྐབས་དེར་པོད་ཀྱི་ལོ་གསར་འཆར་ལ་ཉེ་
སྐབས་ཀྱོང་དམག་རྒྱམས་ལོ་གསར་གཏོང་བྱུང་སེམས་འཕྲེང་པའི་གནས་ཚུལ་
ཨ་ཀྲུལ་གྱིས་གཤམ་དོགས་བྱུང་སྟེ་པོད་ཟླ་བཅུ་པའི་ཆོས་གཅིག་ལ་ལོ་གསར་གཏོང་
བྱུང་སྤྱོད་བསྐྱུར་བཏང་། དེ་ནས་ཨ་དར་རྒྱམས་ཀྱིས་དགའ་སྟོན་རང་པོད་ཟླ་བཅུ་
པའི་ཆོས་གཅིག་ཉིན་ལོ་གསར་བཏང་ནས་སེམས་ཐག་གཅོང་བཅས་ཀྱི་གཡུལ་
སར་ཆས་པ་ན་ཀྱོང་དམག་རྒྱམས་ལ་ཀྲུལ་ཁ་ཐོབ་པར་གྱུར། དུས་དེ་ནས་བཟུང་
གཡུལ་ཀྲུལ་བྲན་གསོའི་དུས་ཆེན་ཆེད་དུ་ཀྱོང་ཡུལ་དུ་པོད་ཟླ་བཅུ་པའི་ནང་ལོ་
གསར་སྤྲུལ་གཏོང་བྱེད་པའི་གོམས་སྟོན་དེ་བྱུང་བ་ཡིན། ལ་རིན་ཆེན་ཆངས་
དབྱངས་ཀྱི་མཆོའི་གསུང་མགྱུར་ལས་ ཆང་དེ་ལོ་ཆང་ཁམ་པ། ཀྱོང་པོའི་
རོང་གི་ཆང་རེད། དེ་འདྲའི་ཆང་ཕུད་བཞེས་མཁན། ཀྱོང་པོའི་མདའ་མཁན་
དཔའ་བོ། ཞེས་འཁོད་པ་ལགས་ན། དེ་རེས་ཀྱི་རྩ་ཁག་ནས་ཀྱོང་པོའི་ལོ་གསར་
དང་ཁྱིའ་ཁའི་སྐབས་ཅིང་སྟོན་དང་གཏོང་སྟོན་ཡོད་པའི་མདའ་ཅིང་དང་། མདའ་
ཟུ། ཆང་ཟུ། བཀྲ་གིས་བཅས་པ་གཟིགས་འདུལ་ཞུ་བྱ་ཡིན།

གཞས་ཆེ་ག

མདའ་མོ་ཡི་རྒྱན་ཆ། མདའ་མོ་པ་སངས་བུ་བྲིད། མདའ་མོ་ཡི་རྒྱན་ཆ།
མདའ་མོ་དེ་མདའ་བགད་ཅི་ཕུལ་ཡོད། ལྷག་མ་དེ་ཅ་རེ་འི་གནས་ཀྱི་ལྷག་མ།
མོད་རྒྱུ་ཡག་མོ་ཅི་ཡོད། ཐང་དཀར་དེ་མོད་པོ་ལ་དང་མོད་རྒྱུ།
གཞུ་མོ་ཡི་རྒྱན་ཆ། གཞུ་མོ་འཇའ་མཆོན་བཀྲལ་པ་འདྲ། གཞུ་མོ་ཡི་རྒྱན་ཆ།
དར་སྒྲ་དེ་ཡག་མོ་ཅི་ཡོད་ལ། འཇའ་མཆོན་སྒྲ་ཐུ་དང་འགྲུབས་སོང་།
མདའ་མདོང་དེ་ཡག་མོ་ཅི་ཡོད་ལ། ས་གཞི་དེ་པར་འདབ་བརྒྱད།
མདའ་མོ་ཡི་རྒྱན་ཆ། མདའ་མོ་པ་སངས་བུ་བྲིད། མདའ་མོ་ཡི་རྒྱན་ཆ།
མདའ་མོ་དེ་ཡ་ལ་ཅིག་ཞུས་ཡོད། མེད་གེ་གཡུ་རལ་ཡ་ལ་ཕོག་སོང་།
མདའ་མོ་དེ་མ་ལ་ཅིག་ཞུས་ཡོད། ཉ་རྒྱུད་གསེར་མིག་མ་ལ་ཕོག་སོང་།
མཆོད་ཅིག་དང་པོ། མཆོད་ལ་ཕེབས་རོགས་གནང་།
ཆང་ཕུད་དང་པོ་སྟེང་ཕྱོགས་སྒྲ་ལ་ཕུལ་ཡོད། ཡོད་ལ་གཞིན་པ་རང་དང་།
མཆོད་ལ་མ་ཕེབས་མཆོད་ལ་ཕེབས།
མདའ་མོ་ནི། མཆོད་ལ་ཕེབས་རོགས་གནང་།
མཆོད་ཅིག་གཉིས་པ། མཆོད་ལ་ཕེབས་རོགས་གནང་།
ཆང་ཕུད་གཉིས་པ་བར་ཕྱོགས་བཅན་ལ་ཕུལ་ཡོད། ཡོད་ལ་གཞིན་པ་རང་དང་།
མཆོད་ལ་མ་ཕེབས་མཆོད་ལ་ཕེབས།
མདའ་མོ་ནི། མཆོད་ལ་ཕེབས་རོགས་གནང་།
མཆོད་ཅིག་གསུམ་པ། མཆོད་ལ་ཕེབས་རོགས་གནང་།

ཆང་ཕུད་གསུམ་པ་ལོག་སྟོགས་ལྷུ་ལ་ཕུལ་ཡོད། ཡོད་ལ་གཞིན་པ་རང་དང་།
 མཆོད་ལ་མ་ཐེངས་མཆོད་ལ་ཐེངས།
 མངའ་མེན། མཆོད་ལ་ཐེངས་རྟོགས་གནང་།

བུ་ལ་ཁིས་པ་ཁོག་ ཡ་གེའི་གངས་སྟོད་སྟོགས་ནས། གཡང་ལ་ཆགས་པ་ཁོག་
 མེད་གཡུ་རལ་རོམས་བཞིན། རང་ཡུལ་སྟོགས་ལ་ལོག་འདྲོ།
 བུ་ལ་ཁིས་པ་ཁོག་ ཡ་གེའི་བྲག་སྟོད་སྟོགས་ནས། གཡང་ལ་ཆགས་པ་ཁོག་
 ཐང་དཀར་གཤོག་ཅུལ་རོམས་བཞིན། རང་ཡུལ་སྟོགས་ལ་ལོག་འདྲོ།
 བུ་ལ་ཁིས་པ་ཁོག་ ཡ་གེའི་རྒྱང་སྟོད་སྟོགས་ལ། གཡང་ལ་ཆགས་པ་ཁོག་
 གུ་བ་རྩ་ཅེ་རོམས་བཞིན། རང་ཡུལ་སྟོགས་ལ་ལོག་འདྲོ།
 སྟོབ་སྟོན་པ། སྟོ་ཁ་ཤོང་དཀར་འཇམ་དབྱངས་རྩོུ། སྟུ་ས་ལོ་ ༡༥
 འབྲེལ་བྱེད་པ། གྲོ་པ་ངག་དབང་བརྩན་འཛིན། ཆོ་འིང་།

ལྷོ་ཁ་ཕྱེད་སྟོའི་ཁྱོ་ཆེན།

༡༡། ཁྱོའི་ས་པ་ནི་ཤོད་ཁ་བ་གངས་ཅན་པའི་མཛད་སྟོའི་ཆེ་རིགས་ཀྱི་སྟེ་མོར་
 བཀྲིས་མཆོན་ཆེད་ཀྱི་ནགས་དང་རྟེན་འབྲེལ་བཟང་མོས་སུ་ཅིས་ནས་བྱོ་ཕུད་འདུལ་
 སྟོལ་ཡོད། དཔེར་ན་ལ་རྒྱལ་བ་སྟུ་ཕྱེད་རིམ་བྱོན་གྱི་མེར་ཁྱིར་མངའ་གསོལ་
 ལ་སོགས་པའི་མཛད་ཆེན་ཁག་ལ་བྱོ་སྟུས་སྟོན་བསུས་ཏེ་སྟུན་འདྲན་ཞུ་བཀྱི་ཡོད་
 པ་རེད། ད་རེས་ཀྱི་ལུ་རུ་ཁག་ནས་སྟོ་ཁ་ཕྱེད་སྟོའི་ཁྱོ་ཆེན་ཞིག་གཟིགས་འདུལ་
 ཞུ་རྒྱུ་ཡིན་པས་གཟིགས་མོ་བ་རྣམས་པ་སྟུན་རྒྱུས་མཉམས་ཤིང་དང་སྟོ་ཤི་ཡོད་
 པའི་སྟོན་འདུན་ཞུ་བཀྱི་ཡིན།

གཞས་ཆིག

མཆོད་པ་ཡར་མཆོད་ཡར་ལ་མཆོད། ཡར་མཆོད་བྱོལ་མཆོད་པ་འདུལ།
མཆོད་པ་དང་པོ་རྩ་ལ་མཆོད། རྩ་ལིས་བྱོ་ཕུད་བཞེས་སུ་མཛོད།
མཆོད་པ་ཡར་མཆོད་ཡར་ལ་མཆོད། ཡར་མཆོད་བྱོལ་མཆོད་པ་འདུལ།
མཆོད་པ་གཉིས་པ་བཅན་ལ་མཆོད། བཅན་གྱིས་བྱོ་ཕུད་བཞེས་སུ་མཛོད།
མཆོད་པ་ཡར་མཆོད་ཡར་ལ་མཆོད། ཡར་མཆོད་བྱོལ་མཆོད་པ་འདུལ།
མཆོད་པ་གསུམ་ལ་རྩ་ལ་མཆོད། རྩ་ལིས་བྱོ་ཕུད་བཞེས་སུ་མཛོད།
ཨོ་ལོས་དགུང་སངས་ཕྱིགས་ལ། བཏུན་མོ་བཏུན་བར་ཕྱིན་པས།
དགུང་སངས་དྲིན་ཅན་ཉི་མས། ཡར་ཤོག་ཡར་ཤེབས་གསུངས་བྱང་།
ཡར་ལ་ཕྱིན་པའི་དུས་སུ། བྱོ་ཕུད་འདུལ་ཤོག་གསུངས་བྱང་།
གཞོན་པ་རྩོམ་བྱོ་ཕུད། ཕུལ་དུ་ཆོག་པ་ཡོད་དོ།
བྲག་གིས་ལུང་པའི་ཕུ་ལ། ཨ་ལས་ནོ། མཆོད་པ་འདུལ།
བྱོལ་མཆོད་པ་འདུལ། བྱིས་བྱོ་གཞས་འདུལ།
རྩེ་བ་རྩེ་མ་པ། རྩེ་ཁ་ཤོང་དགར་འཇམ་དབྱངས་ནི་རྩེ། རྩེས་ལོ་ ༩༥
འཕྲེལ་ཕྲེད་པ། བྱོ་པ་རྒྱ་དབང་བཏུན་འཛིན།

སྟོན་གཞས་གནས་བཟང་པོ།

གནས་ལ་བཟང་པོ་མ་ཆགས་བཟང་པོ་ཆགས། མོ་ལུ་ལ།
གནས་ལ་བཟང་པོ་རྩི་བས་རི་རི་བརྒྱད་མོ།

གནས་འདི་ན་བཞུགས་པའི་སྐུ་གཉེར་ཚོ། སོ་ཡུ་ལ།
 འགྲུལ་པ་བདག་ལ་མཆོད་མངལ་གཏོང་ལ་གཏོང་ཅིག་སོ།
 འགྲུལ་པ་བདག་ལ་མཆོད་མངལ་མ་གཏོང་ན། སོ་ཡུ་ལ།
 འགྲུལ་པ་བདག་ནི་ཐག་རིང་འགྲུལ་པ་ཡིན་ཅིག་སོ།
 གནས་ལ་གནས་བཤད་མ་གཏོང་ན། སོ་ཡུ་ལ།
 གནས་ལ་ངོ་མཚར་ཆེ་ཡང་སྟོང་པའི་རྒྱ།
 ལ་ཆེན་མ་འདྲ་ཐེམ་པ་གོ་མ་ལ་གོ་མ་ཅིག་སོ།
 ཐང་ཆེན་ལ་འདྲ་བྱ་བོག་བསྐྱེལ་ཅིག་སྐྱེལ། སོ་ཡུ་ལ།
 ཐང་ཆུང་མ་འདྲ་ལྟས་མ་ལྟས་ལ་ལྟས་ཅིག་སོ།
 རྒྱ་ཆེན་ལ་ལ་ཟམ་ཅིག་བརྒྱབ་ཅིག་བརྒྱབས། སོ་ཡུ་ལ།
 རྒྱ་ཆུང་མ་ལ་མཆོངས་ག་བརྒྱབ་ལ་བརྒྱབས་ཅིག་སོ།
 ཨ་བཅག་གཅིག་འི། རོག་བཅག་གཉིས་འི།
 སྤང་སྟོད་མཐོན་པོ་གཅིག་གཉིས་གསུམ། ལྷ་བ་ར་ཅེ་བཞི་ཆ་དུག
 བཀྲིས་ཞབས་བྲོ་གསུམ་རྒྱག་སྐྱིག།

སྤང་གཤོང་བདེ་མོ།

ལ་གཅིག་བརྒྱབ་པའི་ཡ་ལ་ཡོད་ན། སྤང་གཤོང་བདེ་མོ་ཡ་ལ་ཡོད་ན།
 སྤང་རྒྱན་ལས་མེ་ཏོག་ མེ་ཏོག་ལས་མེར་པོ།
 ཡ་ལ་ཡོད་ན་སྤང་རྒྱན་མེ་ཏོག་རེད།
 ཏྲ་བོ་གང་འགྲོ་ཡ་ལ་ཡོད་ན། ཨ་ཇོའི་ཕྱག་དུ་རེད་ཡ་ལ་ཡོད་ན།

སྤྱབ་དང་ལས་མཐུར་འགོ། མཐུར་འགོ་ལས་མཐུར་ཐིག
 ཡ་ལ་ཡོད་ན་ཨ་ཇོའི་ཕུག་ཏུ་རེད།
 མཇོ་བོ་གང་འགོ་ཡ་ལ་ཡོད་ན། ཨ་ཇོའི་ཕུག་ཏུ་རེད་ཡ་ལ་ཡོད་ན།
 གཉའ་ཤིང་ལས་གཉའ་ཐོང་། གཉའ་ཐོང་ལས་གཉའ་ཐག་རེད།
 ཡ་ལ་ཡོད་ན་ཨ་ཇོའི་ཕུག་ཏུ་ཡོད་རེད།
 བུ་མོ་གང་འགོ་ཡ་ལ་ཡོད་ན། ཨ་མའི་ཕུག་ཏུ་རེད་ཡ་ལ་ཡོད་ན།
 གཡུ་ཁྱུང་ལ་བྱག་དཀར། བྱག་དཀར་ལས་བྱག་དམར།
 ཡ་ལ་ཡོད་ན་ཨ་མའི་ཕུག་ཏུ་རེད།
 རྩོམ་ཆེན་པ། རྩོམ་དགེ་ཚུལ་བྱིམས་རྩོམ་མ།
 འབྲུབ་མཁན། དགེ་ཆན་དང་ལས་བྱེད།
 བུས་ཆེག་ ༢༠༠༦།༥།༢༧

རྩོད་གྲོང་སྤང་ཤིང་གི་གཞས་ཨ་ཅེ་རྒྱ་བཟུལ།

ལ་ཞུས་པས་ཨེ་མ་གསན། རྒྱ་བ་དང་པོའི་ཆེས་ཆེན་བཙེ་ལྷ་ཉིན།
 རྒྱ་བཟུལ་བོད་ལ་ཐེབས་པའི་ཞལ་བཞེད་ཡོད།
 ཨ་ཅེ་བོད་ལ་ཐེབས་པའི་ཞལ་བཞེད་ཡོད།
 ལ་ཞུས་པས་ཨེ་མ་གསན། ལ་ཅིག་གམ་ལ་ལ་གཙོ་རེ་བྱས།
 ལ་སྒྲ་མི་ཅིག་གསུམ་རྩོང་བརྒྱད་བརྒྱ་ཡོད།
 དེ་འདྲའི་ཕྱོགས་ལ་བུ་མོ་མི་འགོ་དགོངས་པ་ཞུ།
 གནས་དེ་ལ་བུ་མོ་མི་འགོ་དགོངས་པ་ཞུ།

ཨ་ཅེ་བྱས། རྒྱ་བཟའ་བྱས།

རྒྱ་བཟའ་ལྷ་ཅིག་གོང་ཇོ་ལ་རྒྱ་ཡུལ་མི་དྲན་འདུག་གས།

ལ་ཞུས་པས་ཨེ་མ་གསན། ལ་ཅིག་གས་པ་ལ་ལ་འཛིགས་པ་མེད།

བཟོད་ཆེན་རྩ་པོ་བརྒྱ་ཡིས་བསྐྱལ་མི་ཡོད།

བཟོད་ཆེན་རྩ་པོ་བརྒྱ་ཡིས་བསྐྱལ་མི་ཡོད།

དེ་འདྲའི་ཡུལ་ལ་བྱ་མོ་འགྲོ་བ་འཆར་བ་མེད།

གནས་དེ་ལ་བྱ་མོ་འགྲོ་བ་འཆར་བ་མེད།

ཨ་ཅེ་བྱས། རྒྱ་བཟའ་བྱས།

རྒྱ་བཟའ་ལྷ་ཅིག་གོང་ཇོ་ལ་རྒྱ་ཡུལ་མི་དྲན་འདུག་གས།

ལ་ཞུས་པས་ཨེ་མ་གསན། ཐང་ཅིག་ཨེ་མ་ཐང་གི་གཙོ་རེ་བྱས།

ཐང་སྐྱ་མི་ཅིག་གསུམ་སྟོང་བརྒྱད་བརྒྱ་ཡོད།

དེ་འདྲའི་ཕྱོགས་ལ་བྱ་མོ་མི་འགྲོ་དགོངས་པ་ལྟ།

གནས་དེ་ལ་བྱ་མོ་མི་འགྲོ་དགོངས་པ་ལྟ།

ཨ་ཅེ་བྱས། རྒྱ་བཟའ་བྱས།

རྒྱ་བཟའ་ལྷ་ཅིག་གོང་ཇོ་ལ་རྒྱ་ཡུལ་མི་དྲན་འདུག་གས།

ལ་ཞུས་པས་ཨེ་མ་གསན། ཐང་འདི་ཨེ་མ་ཐང་ལ་འཛིགས་པ་མེད།

ཤིང་རྩ་འཁོར་ལོ་བརྒྱ་ཡིས་བསྐྱལ་མི་ཡོད།

ཤིང་རྩ་འཁོར་ལོ་བརྒྱ་ཡིས་བསྐྱལ་མི་ཡོད།

དེ་འདྲའི་ཡུལ་ལ་བྱ་མོ་འགྲོ་བ་འཆར་བ་མེད།

གནས་དེ་ལ་བྱ་མོ་འགྲོ་བ་འཆར་བ་མེད།

ཨ་ཅེ་བྱས། རྒྱ་བཟའ་བྱས།

རྒྱ་བཟའ་ལྷ་ཅིག་ཀོང་ཇོ་ལ་རྒྱ་ཡུལ་མི་དྲན་འདུག་གས།
 ལ་ཞུས་པས་ཨེ་མ་གསན། རྒྱ་ཅིག་རྒྱ་རྒྱ་རབ་ཀྱི་གཙོ་རེ་བྱས།
 རྒྱ་ལྷ་མི་གཅིག་གསུམ་སྟོང་བརྒྱད་བརྒྱའོ།
 དེ་འདྲའི་ཕྱིགས་ལ་བྱ་མོ་མི་འགྲོ་དགོངས་པ་ཞུ།
 གནས་དེ་ལ་བྱ་མོ་མི་འགྲོ་དགོངས་པ་ཞུ།
 ཨ་ཅེ་བྱས། རྒྱ་བཟའ་བྱས།
 རྒྱ་བཟའ་ལྷ་ཅིག་ཀོང་ཇོ་ལ་རྒྱ་ཡུལ་མི་དྲན་འདུག་གས།
 ལ་ཞུས་པས་ཨེ་མ་གསན། རྒྱ་ཅིག་རྒྱ་རྒྱ་རབ་ལ་འཛིགས་པ་མེད།
 བྱ་གན་ན་མགོ་བརྒྱའི་ས་བསྐལ་མི་ཡོད།
 བྱ་གན་ན་མགོ་བརྒྱའི་ས་བསུ་མི་ཡོད།
 དེ་འདྲའི་ཡུལ་ལ་བྱ་མོ་འགྲོ་བ་འཆར་བ་མེད།
 གནས་དེ་ལ་བྱ་མོ་འགྲོ་བ་འཆར་བ་མེད།
 ཨ་ཅེ་བྱས། རྒྱ་བཟའ་བྱས།
 རྒྱ་བཟའ་ལྷ་ཅིག་ཀོང་ཇོ་ལ་རྒྱ་ཡུལ་མི་དྲན་འདུག་གས།

མ་བུ།

ལ་མ་བུ་བྱེད་ཡོང་བ་ལ། གང་འདས་བྱེད་བྱེད་ཡོང་བ་ཡིན།
 ལ་མ་བུ་བྱེད་ཡོང་བ་ལ། བོད་དུ་བྱེད་པ་ཡོང་བ་ཡིན།
 ལ་མ་བུ་ཟས་སུ་བཟའ་བ་ལ། གང་འདས་བྱེད་བྱེད་བཟའ་བ་ཡིན།
 ལ་མ་བུ་ཟས་སུ་བཟའ་བ་ལ། དུག་སུ་བྱེད་པ་བཟའ་རྒྱུ་ཡིན།

ལ་མ་བྱ་འཐུངས་སུ་བྱེད་པ་ལ། གང་འདྲ་བྱེད་བྱེད་འཐུངས་པ་ཡིན།
 ལ་མ་བྱ་འཐུངས་སུ་བྱེད་པ་ལ། འདི་འདྲ་བྱེད་བྱེད་འཐུངས་པ་ཡིན།
 ལ་མ་བྱ་ཉལ་དུ་བྱེད་པ་ལ། གང་འདྲ་བྱེད་བྱེད་ཉལ་པ་ཡིན།
 ལ་མ་བྱ་ཉལ་དུ་བྱེད་པ་ལ། འདྲུག་སེ་བྱེད་བྱེད་ཉལ་པ་ཡིན།
 ལ་མ་བྱ་འཕྱར་དུ་བྱེད་པ་ལ། གང་འདྲ་བྱེད་བྱེད་འཕྱར་པ་ཡིན།
 ཨ་མ་དགའ་མོ་དགའ་བ་ལ། དགའ་བའི་ཉི་མ་གར་བྱང་།
 ཨ་མ་སྐྱིད་མོ་སྐྱིད་པ་ལ། སྐྱིད་པའི་ཉི་མ་གར་བྱང་།
 འབས་བྱོ་ལད་མོ་གཡས་ལ་ཁྱིག་ གཡས་ལ་ཁྱིག་པ་གནང་དང་ལ།
 འབས་བྱོ་ལད་མོ་གཡོན་ལ་ཁྱིག་ གཡོན་ལ་ཁྱིག་པ་གནང་དང་ལ།
 འབས་བྱོ་ལད་མོ་ཕྱི་ལ་ཁྱིག་ ཕྱི་ལ་ཁྱིག་པ་གནང་དང་ལ།
 འབས་བྱོ་ལད་མོ་ནང་ལ་རུག་ ནང་ལ་རུག་པ་གནང་དང་ལ།
 འབས་བྱོ་ལད་མོ་ས་ལ་ཁྱིག་ ས་ལ་ཁྱིག་པ་གནང་དང་ལ། ༡ ༣ ༩
 གོང་གསལ་གཞས་དེ་བཞིན་སྐྱིད་གྲོང་སྤང་གིང་ཁྲལ་དུ་ལོ་འཆར་ཅན་བོད་ཟླ་ལྷ་པོའི་
 ནང་མདའ་སློབ་ཞེས་པའི་མདའ་འཕེལ་འགྲན་བརྒྱུར་གྱི་དུས་ཆེན་སྐབས་སུ་འཁྲབ་སྟོན་པ་
 ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན།
 རྫོང་རྫོན་པ། སྤང་གིང་ཆེ་རིང་བཀྲིས། རྫོས་ལོ་ ༥༥
 འཁྲབ་འཁྲིད། རྫོས་དགེ་བསམ་གཏན་དོན་གྲུབ།
 འཁྲབ་མཁན། བྱོ་པ་ཀན་གཞོན།
 འཁྲབ་ཡུལ། ཐེག་ཆེན་ཆོས་སྒྲིང་།
 དུས་ཆེགས། ༢༠༠༦།༥།༦

༡༡། །པོད་གཞུང་རྫོས་གར་དབུ་བརྟེས་ནས་མི་ལོ་ ༤༩
 འཁོར་བའི་དུས་ཆེན་སྤང་བཅི་ཞུ་བའི་མཛད་སྒོར་
 བོ་སྐུ་གཞས་གསུམ་གཟིགས་ཡུད་ཞུས་པའི་
 ཆོག་ཁག་བཞུགས་སོ།།

སྐུ་མགོན་གཙོ་པོ་ཆོས་རིག་བཀའ་བློན་ཆེ་རིང་ཡུན་ཆོགས་མཆོག་

ཏུ་ཡུ་རུ་ཁག་གི་འཁྲབ་སྟོན་པ།

ངག་དབང་བསྟན་འཛིན། རུ་དཔོན།

བསྟན་འཛིན་ཞོར་བུ། བསྟན་འཛིན་བུམས་པ། ཡུར་བུ་ཆེ་རིང་།

བཀྲིས་ཆེ་རིང་། ལྷ་རིགས་གྲགས་པ། ཨོ་ཏུན་ཞོར་བུ།

བསྟན་འཛིན་ཆོས་ཉིད། ཆེ་རིང་དཔལ་མོ། བསྟན་འཛིན་དབྱངས་འཛོམས།

བསྟན་འཛིན་མཆོ་མོ། ཞོར་བུ་བསམ་འཕེལ། བསྟན་འཛིན་ཡུན་ཆོགས།

བསྟན་འཛིན་ཀུན་བཟང་། འཇམ་དཔལ་རྫོ་རྗེ། བསྟན་འཛིན་འཇམ་དབྱངས།

བསྟན་འཛིན་འོད་ཟེར། བསྟན་འཛིན་འཁྱོར་ལྗན། ཉི་མ་མཆོམས་གཙོད།

ཟླ་བ་བུ་འཁྲིད། ཆེ་དཔག་དབང་མོ། ངག་དབང་བདེ་ཆེན།

ཆེ་རིང་རྒྱལ་དཀར། དབྱངས་སྟོལ།

ཀྱང་གཞས་པོད་མིའི་སྒྲིན་ལམ་ཡོངས་སུ་སྐྱབ་པར་ཤོག

༡༡། །ངལ་སྐྱ་ངག་ཡིད་ཀྱི་སྒྲིན་ལམ་དེ། རི་རྒྱལ་རྩྭ་ན་པོའི་སྤྱོགས་སུ་བཏང་
 པ་ཡིན། ཞེས་པ་དེར་འགྲེལ་པ་རུང་ཅམ་ཞུས་ན། པོད་མི་ས་ཡ་དྲུག་གི་བརྩ་
 བའི་མིག་དང་། ཁོག་པའི་སྤྱིང་ལྟ་བུ་ནི་ཡགོང་ས་ཡསྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་ལས་
 གཞན་ཡོད་མ་མཆོས་པས་འདི་ལོ་ཡགོང་ས་མཆོག་གི་སྤྱིའི་དགུང་སྟོག་དངོས་
 གཞིར་ཕེབས་ཚུལ་བརྟན་པར་པོད་མིའི་སྤྱོ་ཆོགས་ཡོངས་དང་ཆོགས་སྡེ་ཁག་
 ཅས་བཅན་བཞུགས་བསྐྱར་འབུལ་དང་། པོད་མི་ཡོད་དོ་ཅིག་ནས་རང་རང་སོ་
 སོས་རིམ་འགྲོའི་གཟུངས་སྟགས་སྤྱིན་སྐྱབ་བྱས་དང་བྱ་ཐུས་ལ། ང་ཆོའི་རུ་
 ཁག་ནས་ཀྱང་སྐད་གསང་བོན་པོའི་སྐྱ་ཞིག་རི་རྒྱལ་རྩྭ་ན་པོའི་སྤྱོགས་སུ་བཏང་
 ཅས་ཡུལ་བའི་སྐྱ་ཆེ་རི་རྒྱལ་རྩྭ་ན་པོ་བཞིན་དུ་གནས་པའི་སྒྲིན་ལམ་བཏང་། ང་
 ཆོའི་སྐྱ་དེ་མཐའ་ཡས་ཀྱི་མཆོའི་སྤྱོགས་སུ་བཏང་ནས་ཡུལ་བའི་སྐྱ་ཆེ་མཐའ་
 ཡས་ཀྱི་མཆོ་བཞིན་དུ་ཡུན་གནས་ཡོང་བའི་སྐྱ་ཡི་མཆོད་པས་ཀྱན་ཏེ། སྐྱ་ཡི་
 བཅན་བཞུགས་པོད་ཚྲོངས་ས་མཐོ་དང་པོད་མིའི་སྤྱོ་ཆོགས་ཡོངས་ལ་ཁྱབ་པར་
 འདོད་པས་གཟིགས་མོ་བཆོས་སྐྱ་ཡི་བཅན་བཞུགས་ལ་རམ་འདེགས་སྒྲིན་ལམ་
 ཀྱི་གང་ཆེ་ཡོང་བའི་བྲག་གིས་དང་བཅས།

གཞས་ཆེག

སྤྱོགས་བཅུའི་རྒྱལ་བ་ཀྱན་གྱི་སྤྱས། རིགས་དྲུག་འདྲན་པའི་དཔལ་བཟང་པོ།
 རྒྱལ་བ་དོན་གྱི་བདག་པོ་མཆོག་ བསྐལ་པ་ཇི་སྤྱིད་བཅན་པར་ཤོག

ང་ཡི་སྐྱ་ངག་ཡིད་ཀྱི་སྟོན་ལམ། རི་རྒྱལ་རྒྱན་པོའི་སྟོགས་སུ་བཏབ།
 མགོན་རྒྱལ་པོ་གོང་ས་མཆོག་གི་སྐྱ་ཆོ།
 རི་རྒྱལ་བཞིན་དུ་སྐལ་བརྒྱུད་བརྟན་ཤོག
 འདི་ལོ་སྐྱ་ཡི་དགུང་སྟེག་དངོས་གཞིར། མཚན་མ་ཕྱ་མོས་མ་རེག་ནི་ཞིང་།
 ཐུགས་བཞེད་རི་རྒྱལ་རྒྱན་པོ་འདྲ་བའི། སྐྱིང་བཞི་སྐྱིང་ཕན་ཀུན་ལ་བྱལ་ཤོག
 ང་ཡི་སྐྱ་ངག་ཡིད་ཀྱི་སྟོན་ལམ། མཐའ་ཡས་ཀྱ་མཆོའི་སྟོགས་སུ་བཏབ།
 མགོན་རྒྱལ་པོ་གོང་ས་མཆོག་གི་སྐྱ་ཆོ། མཐའ་ཡས་ཀྱ་མཆོ་བཞིན་དུ་གནས་ཤོག
 བོད་མི་ཆོའི་སྟོན་ལམ་ཡོངས་སུ་འགྲུབ་པར་ཤོག
 སྐྱ་ཡི་དགུང་སྟེག་དངོས་གཞིའི་མཚན་མ།
 རྒྱ་ཕུན་རེ་རེ་ས་ནི་བར་མཛད་པས། སྐྱ་ཡི་མཛད་འཕྲིན་སྐྱིང་བཞི་ཀུན་ལ།
 རྒྱ་མཆོའི་བསྐྱབས་བཞིན་དུ་བྱལ་ཤོག སྐྱ་སྐྱིའི་མཆོད་པའི་མེ་ཏོག་འདི་བཞིན།
 སྟོན་ལམ་ཡོངས་སུ་སྐྱབ་པར་ཤོག་ཅིག སྐྱ་འདི་སྟེང་སྟོགས་རྩ་ལ་ཕུལ་བས།
 རྩ་མི་སྟོན་ལམ་ཡོངས་སུ་སྐྱབ་ནས། སྐྱ་ཡི་དགུང་སྟེག་མཚན་མ་རབ་ནི།
 གངས་ལྗོངས་མགོན་དུ་ཡུན་རིང་བརྟན་ཤོག སྐྱ་འདི་འོག་སྟོགས་རྩ་ལ་ཕུལ་བས།
 སྐྱ་ཡི་སྟོན་ལམ་ཡོངས་སུ་སྐྱབ་ནས། སྐྱ་ཡི་དགུང་སྟེག་མཚན་མ་རབ་ནི།
 རྩ་མིའི་མགོན་དུ་བསྐལ་བརྒྱུད་བརྟན་ཤོག
 སྟོབ་རྟོན་པ། གོང་དཀར་འཇམ་དབྱངས་ནི་རྩེ། སྐུས་ལོ་ ༩༦
 འབྲེལ་བྱེད་པ། རྩོ་བ་ནོར་བུ་བསམ་འཕེལ། བརྟན་འཛིན་ཀུན་བཟང་།

ལ་རྒྱའི་ཁ་བཏགས།

༡༡། ལ་སྤྱིལ་ཅན་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དང་། མ་སྤྱིན་མོ་བྲག་སྤྱིན་གཉིས་
ཀྱི་གདུང་རྒྱུད་ལས་ཆད་པའི་ག་ཁྲག་རིགས་རྩ་ས་གཅིག་པའི་བོད་ཆོལ་ཁ་གསུམ་
ཀྱི་སྤྱན་རྒྱ་ནམས་ནས་རང་གི་རྒྱལ་ཁབ་དང་། རང་གི་མི་རིགས་ཀྱི་ལ་རྒྱར་སྤྱན་
པའི་བྱས་པ་ཅན་ནམས་ལ་ལེགས་གསོ་བསྐྱབས་བསྟོད་དང་། ལ་རྒྱའི་སྤྱ་དབྱངས་
ཀྱི་ཁ་བཏགས་འདི་ཉིད་གཞིས་བྱེས་བོད་མི་ཡོངས་དང་། ཡང་སྒོས་ལ་རྒྱ་ཅན་
ཀྱི་གཞིས་ལྷས་བོད་མི་ནམས་ལ་བཀྲ་གིས་པའི་ཁ་བཏགས་དཀར་པོའི་ཆུ་ལ་དུ་
སྤུལ་བ་དང་། གངས་རིའི་རྩ་བས་བསྟོར་བའི་ཞིང་དུ་གངས་སེང་དཀར་མོའི་
གཡུ་རལ་ངོམས་ཤིང་། བཀྲ་གིས་པའི་རར་སྐད་སྒྲིག་པ་སོགས་གངས་སེང་གིས་
རྒྱན་པའི་བོད་རྒྱལ་ཁབ་ཆེན་པོའི་རྒྱལ་དར་དེ་ཉིད་གངས་ལྗོངས་ཆོས་ལུན་ཞིང་
དུ་སྐར་ཡང་སྤྱིང་འཇུགས་དང་། གངས་ལྗོངས་གཙུག་གི་ཞོར་བུ་ཞི་བདེའི་དེད་
དཔོན་ཆེན་པོ་མཆོག་གངས་ལྗོངས་སུ་ཞབས་སོར་བདེ་བར་འཁོད་པའི་བཀྲ་གིས་
སྒོན་འདུན་དང་། བདེ་སྦྱིད་ཉི་མ་མུར་དུ་ཤར་བའི་བཀྲས་སྤྱ་དབྱངས་འདི་ཉིད་
མདོ་སྐད་མཆོ་སྤྱོན་སའི་ཐིག་ལེ་ཀྱན་གཟིགས་པར་ཆེན་སྤྱ་སྤྱེང་བརྒྱ་པ་མཆོག་
འབྱུངས་ལུ་ལ་དུ་ལོ་རེའི་དུས་ཆེན་ཆེ་ཤོས་དུག་པ་སྤྱ་སྤྱུབ་ཅེས་དུག་པའི་ཆེས་
དུག་གི་དགའ་སྟོན་སྐབས་གཏོང་སྟོལ་ཡོད་པའི་སྤྱ་གཞས་ཤིག་ཡིན་པས་རྒྱ་ཆའི་
གཟིགས་མོ་ལྷན་རྒྱས་ནས་དབྱེས་གཟིགས་ཡོང་བར་བྱ།

གཞས་ཚིག་

ལ་རྒྱའི་ཁ་བཏགས་གངས་ཅན་པོད་ལ་འཐེན།
སྟོད་ཀྱི་གངས་རི་དཀར་པོའི་ཕྱེ་ལ་འཐེན།
གངས་ལ་མོད་པོ་འཁོར་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ལུ།
བཀྱིས་རྟེན་འབྲེལ་ཡང་ཡང་པོད་ལ་འཐེན།
ལ་རྒྱའི་ཁ་བཏགས་གངས་ཅན་པོད་ལ་འཐེན།
སྟོད་ཀྱི་མཚོ་ཆེན་ཁྲི་ཤར་རྒྱལ་མོར་འཐེན།
མཚོ་ལ་ལྷ་གཏེར་རྒྱས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ལུ།
བཀྱིས་ཁ་བཏགས་ཡང་ཡང་པོད་ལ་འཐེན།
ཡ་གཤེད་གངས་དཀར་ཕྱེ་ནས། གངས་སེང་དཀར་མོ་ཞིག་གིས།
གཡུ་རལ་དགུང་ལ་ངོམས་ནས། ངར་སྐད་ལན་གསུམ་སྟོགས་གིས།
སེང་སྐད་རྟོགས་པ་མེད་ཀྱང་། འགྲིང་སྒྲ་བས་ཉམས་ལ་བརྟམས་ན།
ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་ཆེན་པོ། ཐེབས་རན་ཟེར་བའི་རྟགས་རེད།
ང་ཅེད་གི་ཅེད་གི་དགུང་ལ་འགྲོ། དགུང་འབྲུག་རྒྱུང་ཅེད་ནང་ཡང་ཅེད་
ང་ཅེད་གི་ཅེད་གི་རྩ་ལ་འགྲོ། རྩ་འབྲོང་རྒྱུང་ཅེད་ནང་ཡང་ཅེད་
ང་ཅེད་གི་ཅེད་གི་སྤང་ལ་འགྲོ། སྤང་ལ་ག་བ་ཅེད་ནང་ཡང་ཅེད།
དེ་ནི་དགའ་འོ། བཀྱིས་རི་པོའི་ཕྱེ་ནས།
དེ་ནི་དགའ་འོ། བཀྱིས་ཉི་མ་གར་སོང་།
དེ་ནི་དགའ་འོ། བཀྱིས་ན་རྒྱུང་བུ་མོས།
དེ་ནི་དགའ་འོ། བཀྱིས་ལྷ་རྒྱུང་ལེན་སོང་།

དེ་ནི་དགའ་ལོ། བཀྲིས་པུ་ཚུང་ཟླ་མོས།
 དེ་ནི་དགའ་ལོ། བཀྲིས་སྐྱ་ཉན་བཏང་སོང་།
 དེ་ནི་དགའ་ལོ། བཀྲ་ཤིས་གནམ་ལ་བཀྲིས།
 དེ་ནི་དགའ་ལོ། བཀྲ་ཤིས་ས་ལ་བཀྲིས།

སྒོ་བ་སྒོ་ན་པ། མཚོ་སྒོ་ན་མཚོ་མོ།

འབྲེལ་བྱེད། བྱོ་བ་བསྐྱན་འཛིན་ནོར་བུ། བསྐྱན་འཛིན་མཚོ་མོ།

མཉམ་གཞས་ཕུ་ཡི་གངས་རི་དཀར་པོ།

༡༡། །རང་རེའི་བོད་མི་རིགས་ནི་སྐད་ཆ་བོད་ཤེས་པ་དང་སྐུ་ལེན་ཤེས་ཞིང་།
 གོམ་པ་སློ་ཤེས་པ་དང་ཞབས་བྱོ་འབྲེལ་ཤེས་པས། བོད་ལ་སྐུ་གར་གྱི་ཕྱ་མཚོ་
 ཞེས་པ་མིང་དོན་མཚུངས་ལ། བོད་མི་རིགས་ནི་སྐུ་ལེན་གར་འབྲེལ་དང་། ཞི་
 བདེ་བག་ཐེབས་ཀྱི་སློ་སྦྱིད་ལ་དགའ་བས་ཕུ་ཡི་གངས་རི་དཀར་པོ་ཞེས་པའི་སྐུ་
 གཞས་འདི་ཉིད་ལེ་རེའི་བོད་གངས་ཅན་སྒོངས་ཀྱི་ཆོས་སྤྱིད་གཉིས་ཀྱི་དུས་ཆེན་
 མང་དུ་ཡོད་པ་ལས། ཆོས་སྤྱིགས་ཀྱི་དུས་ཆེན་ས་ག་ཟླ་བའི་དུས་ཆེན་གསུམ་
 འཛོམས་དང་། བཙེམ་ཐུན་འདས་ཀྱིས་ཆོས་ཀྱི་འཁོར་ལོ་བསྐྱོར་བའི་དུག་པ་
 ཆོས་བཞིའི་དུས་ཆེན་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་སུ་སློ་སྦྱིད་ཀྱི་དགའ་སྟོན་ལ་ལོངས་སུ་སྦྱིད་
 དུས་གཙང་སྤྱིགས་ལ་སྟོད་བྱང་པའི་བྱུང་བ་དུ་གཏོང་སྟེ་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་སྐུ་གཞས་ཤིག་ཡིན།

གཞས་ཆིག

ཕུ་ཡི་གངས་རི་དཀར་པོ། ཅ་པའི་བྲ་མ་བཞུགས་ས།
ཁམས་གསུམ་དབང་འདུས་བཞུགས་ས།
མདའ་ཡི་ས་གཞི་ས་ཁང་། ཇིན་ཆེན་པ་མ་བཞུགས་ས།
འེ་རི་ས་རྒྱལ་བརྟན་བཅོལ་ས།
མི་ཡུལ་ལྷང་མྱང་གྲུ་བཞི། བུ་མོ་འེ་མེ་ཆེ་འབུད་ས།
བུ་མས་དང་སྟིང་རྩེ་བཅོལ་ས།
ལ་མོ་རེ་རེ་བརྒྱབ་དུས། ཨ་མ་རེ་རེ་དུན་བྱང་།
རེ་རྒྱད་རེ་རེ་བརྒྱབ་དུས། མཆི་མ་རེ་རེ་དུན་བྱང་།
རེ་རྒྱད་རེ་རེ་བརྒྱབ་དུས། མཆི་མ་རེ་རེ་ཤོར་བྱང་།
སྟན་ཆུང་མེམས་པ་མ་སྟོ། བདག་གིས་སྟོ་རོགས་ལུས་ཆོག
ཡུམ་ཆེན་ཨ་མའི་བྱང་དུ། སྟོན་ཆོག་ལན་གཅིག་ཐོབ་དང་།

ཨེ་མ་ལན་གཅིག་གསུང་ལེ།

ལ་དེ་གམ་པ་ལ་ཞེད་དགོས་མེད། བཤོད་ཆེན་ཏྲ་པོ་བརྒྱལ་ས་བསུ་མ་ཡོད།
ཁུ་མོ་རྒྱ་ཁུ་རབ་ལ་ཞེད་དགོས་མེད། གྲུ་ཤན་ཏྲ་མགོ་བརྒྱལ་ས་བསུ་མ་ཡོད།
ཐང་དེ་པ་རྒྱ་ཐང་ལ་ཞེད་དགོས་མེད། ཤིང་ཏྲ་འཁོར་ལོ་བརྒྱལ་ས་བསུ་མ་ཡོད།
སྟོ་སྟོན་པ། བྱང་པ་བཀྲིས། སུན་ཆོགས།
འབྲེལ་བྲེད་པ། བྱོ་པ་ངག་དབང་བརྟན་འཛིན། བཀྲིས་ཆེ་རིང་།

ཕྱོད་ཁྲི་གཞུག་།

༡༡། གངས་སྒོ་དེ་ལ་བཞུགས་པའི་སེམྱེ་དཀར་པོ་། གངས་དཀར་ཏི་སེའི་
 སྒྲིགས་ལ་མ་འགྱུར་བརྟན་དུ་བཞུགས་དང་། ཞེས་པ་དེར་འབྲེལ་པ་ཅུང་ཞུས་
 མ་གཞན་དེ་ནི་ཕྱོད་ཁྲི་ཁོངས་གཏོགས་ཡིར་འབྲོག་ཁུལ་གྱི་གཞུག་སྐྱ་ཞིག་སྟེ་།
 དེ་ཡང་ཆོས་སྒྲིགས་ཀྱི་མཛད་སྒོ་སྒྲིགས་ལ་རང་གི་ཅ་པའི་བྲ་མ་སྐྱ་ཆོ་བརྟན་པའི་
 སྒྲིམ་ཆོག་དུ་འབྲུབ་སྟེ་ལོ་ཡོད་པས། ད་ལན་ཡམོང་ས་ཡ་སྐྱབས་མགོན་ཆེན་པོ་
 མཆོག་དགྲུང་གུངས་ ཡ་ལ་ཕེབས་པའི་སྐྱའི་དགྲུང་སྟེག་དངོས་གཞི་འཁེལ་
 བར། སྐྱ་བཞེགས་ཀྱི་མཆོན་མ་ཕྱ་མོས་ཀྱང་མ་རེག་པར་ཡལ་བས་པད་སྟིང་མཐའི་
 བར་དུ་བརྟན་སྟུང་ང་ཆོའི་རུ་ཁག་ནས་གོ་སྟོན་ཞུས་པ་དང་། ཆས་གོས་ཀྱང་
 སྐྱའི་བྲ་སྐྱན་པ་ལུང་པ་དག་སྟོང་ཡེ་ཤེས་དོན་རྟུན་མཆོག་ལ་བཀའ་ཏི་ཞུས་ཏེ་
 སྟོང་མ་ཡིན་པའི་ཡར་འབྲོག་དབུ་ཞུ་ཨོ་བྲོགས་དེ་གྲང་ངར་ཆེ་བའི་དུས་སུ་ཕོ་
 མོ་གཉིས་ཀས་སྟེ་ལ་དེ་གིས་ཏེ་ཨོག་མ་དྲོ་པོ་དང་། བསེལ་དུས་སྟེ་བསེལ་བཅེགས་
 རྒྱུ་ཏེ་ཕོ་མོ་གཉིས་ཀས་གཟུགས་ཁག་གཉིས་སུ་གྲེས་ཏེ་གྲོན་སྟེ་ལོ་ཡོད་པ་གནད་
 རྩ་མོའི་ཆ་ལུགས་རི་མ་རི་བཞིན་གོ་སྟོན་ཞུས་པ་ལགས་ན་གཟུགས་མོ་བཆོས་
 ཐུགས་སྟོ་པོའི་ངང་དཔྲེས་གཟུགས་ཡོང་བ་ཞུ།

གཞུག་ཆོག་།

ཕ་རི་གསེར་གྱི་བཅའ་པའི་སྒྲང་ལ། གསེར་གྱི་འཇའ་རིས་ཤིག་ཤིག
 ཟུར་རི་གཡུ་ཡི་བཅའ་པའི་སྒྲང་ལ། གཡུ་ཡི་འཇའ་རིས་ཤིག་ཤིག

གྱེལ་རྒྱུ་འཛོལ་མོ་དགའ་བ། དགེ་བ་ཡོང་ས་མ་རེད།
 གལ་སྲིད་དགེ་བ་བྱུང་ན། རང་ཡུལ་སྤྱོད་གས་ལ་ལོག་འགྲོ།
 གཞས་གཅིག་ཡོད་ན་འར། རྒྱ་གཅིག་ཡོད་ན་འུར། འར་འུར་ཡིར་ཆགས།
 གངས་སྟོང་ལ་བཞུགས་པའི་སེང་གེ་དཀར་མོ།
 གངས་དཀར་ཉི་སེའི་སྤྱོད་གས་ལ་མ་འགྱུར་བརྟན་པར་བཞུགས་དང་།
 གངས་སྟོང་སེང་གེ་མ་འགྱུར་བརྟན་པར་བཞུགས།
 མཐའ་བཞིའི་གངས་དཀར་རྒྱ་ཕྱན་སྤར་ལས་བརྟན་པ་དར་ཡོང་།
 གངས་དཀར་རྒྱ་ཕྱན་སྤར་ལས་བརྟན་པ་དར་དུས།
 སེང་གེའི་གཡུ་རལ་སྟོན་མོ་སྦྱིང་བཞི་ཀུན་ལ་བྱུང་ཡོང་།
 ཡ་གྱིའི་དགུང་སངས་སྤྱོད་གས་ནས་གཞས་གཅིག་བསམས་ནས་ཡོང་ཡོད།
 དགུང་སངས་རྒྱུ་ཆེན་ཆེན་ཉི་མས།
 གཞས་ཀྱི་སྟོ་མོ་ཕྱེ་རོགས། གཞས་ཀྱི་སྟོ་མོ་ཕྱེ་བར། ཕྱག་སྒྲེ་ང་ལ་མེད་དོ།
 ཕྱག་སྒྲེ་རྒྱལ་སྟོ་ཤར་གྱི། སྤྱི་རྒྱུན་འོག་ལ་ཡོད་དོ།
 བསོད་ནམས་ཅན་གྱིས་མ་གཏོགས།
 ཕྱག་སྒྲེ་རྒྱེད་ས་མ་རེད། ལས་འཕྲོ་ཅན་གྱིས་མ་གཏོགས།
 སྟོ་རྩལ་ཁྱེ་ས་མ་རེད།
 ཆོ་རིང་མ་སོ། བྱ་ཡི་གཤོག་པ་གནས་ལ་བརྒྱུངས་པའི་དུས།
 ཆར་རྒྱུ་དུས་སུ་བབ་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན།
 ཆོ་རིང་མ་སོ། བྱ་ཡི་གཤོག་དཀྱིག་ལན་གསུམ་བརྒྱབ་པའི་དུས།
 ས་གཞི་ལོ་ཕྱག་ལེགས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན།

ཆེ་རིང་མ་ལོ། བྱ་ཡི་གཤོག་པ་རྒྱ་ལ་བརྒྱངས་པའི་དུས།
 རྒྱ་ཇ་བོད་ལ་འདྲེན་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན།
 ཆེ་རིང་མ་ལོ། བྱ་ཡི་གཤོག་པ་བོད་ལ་བརྒྱངས་པའི་དུས།
 བོད་འབངས་བདེ་སྦྱིད་འཛོམས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་ཡིན།
 ཞབས་བྱོ་ལ་ལོ། བཀྲིས་པའི་ཞབས་བྱོ། ཁྱེད་རྣམས་པ་གཞས་ར་ལྟན་རྒྱས་ལ།
 ཞབས་བྱོ་གཡོན་ཤིག་པ་གནང་དང་། ཁྱེད་རྣམས་པ་གཞས་ར་ལྟན་རྒྱས་ལ།
 ཞབས་བྱོ་གཡལས་ཤིག་པ་གནང་དང་། ཞབས་བྱོ་གཡོན་ཤིག་པ་གནང་དང་།
 ཞབས་བྱོ་ལ་ལོ། གཡང་ཆེད་པའི་ཞབས་བྱོ། ཁྱེད་རྣམས་པ་གཞས་ར་ལྟན་རྒྱས།
 ཞབས་བྱོ་ནང་ཤིག་པ་གནང་དང་། ཁྱེད་རྣམས་པ་གཞས་ར་ལྟན་རྒྱས།
 ཞབས་བྱོ་སྦྱར་ཤིག་པ་གནང་དང་།
 སྦྱོབ་སྦྱོན་པ། གོང་དཀར་འཇམ་དབྱངས་ནི་མེ། སྦྱིས་ལོ་ ༩༦
 འབྲེལ་བྱེད་པ། བྱོ་པ་ངག་དབང་བསྟན་འཛིན། བསྟན་འཛིན་གཡང་འཛོམས།
 བསྟན་འཛིན་ཆོས་ཉིད། ཆེ་རིང་དཔལ་ལོ།

རྩོམ་པ་རུ་ཁག་གི་འབྲལ་སྟོན་པ།

བསྟན་འཛིན་ཡོན་ཏན། ཕར་བསྟན་འཛིན། རུད་པོན།
ཡེ་ཤེས་བསམ་གྲུབ། བསྟན་འཛིན་འོད་འབུམ། བསྟན་འཛིན་སྟིང་རྩེ།
བསྟན་འཛིན་སྟོན་མེ། བསྟན་འཛིན་སྟོན་གསལ། ཆེ་མིང་སྟོན་དཀར།
བསྟན་འཛིན་ཆོས་སྟོན། བསྟན་འཛིན་མོར་བུ། ཆོ་བཟང་ཀྱལ་མཆན།
བསྟན་འཛིན་ཆོས་ཉིད། བསྟན་འཛིན་ཆེ་གྲུབ། ཆེ་མིང་དབང་ཀྱལ།
བསྟན་འཛིན་གཡུ་ཀྱལ། བསྟན་འཛིན་ཆེ་བརྟན། བསྟན་འཛིན་བྱང་ཀྱལ།
བསྟན་འཛིན་ཡོན་ཏན། རིག་འཛིན་མཆོ་མོ།
ཆེ་མིང་འགྱུར་མེད། གནམ་གང་སྟོན།

རྒྱང་གཞས་སྐྱ་ཆེ་ཞབས་པད་བརྟན་རོགས།

༣༡། །དེ་ཡང་པོད་ཀྱལ་ལོ་ ༡༡༩༧ རབ་བྱུང་རི་ཆེའི་མེ་པག་ལོ་འདི་ནི་
ཡལོང་ས་ལྷ་མིའི་ནམ་འབྲུག་ཡ་སྐབས་མགོན་ཀྱལ་དབང་ཐམས་ཅད་མཆིན་ཅིང་
གཟིགས་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་དགྲུང་གངས་དོན་གཉིས་ལ་ཤེབས་པའི་སྐྱའི་དགྲུང་
སྟོག་ལ་གཞིས་ཕྱེད་པོད་མི་ཡོངས་ཀྱིས་སྟིང་ཁོངས་རུས་པའི་གཏིང་ནས་གསོལ་
བ་ལན་བརྒྱར་བཏབ་སྟེ། འགྲོ་བ་སེམས་ཅན་གྱི་དང་། ལྷག་པར་གངས་
ཅན་པོད་མིའི། སྐབས་གནས་མགོན་པོ་གང་ཉིད། སྐྱ་ཆེ་ཞབས་པད་
བརྟན་རོགས། ཞེས་པའི་གསོལ་འདེབས་སྟོན་ཆོག་འདི་ང་ཆོ་རྩོམ་པ་རུ་ཁག་
ནས་རོལ་མོའི་མཆོད་དབྱངས་ཀྱི་ཚུལ་དུ་འབུལ་ལམ་ལུ་སྐྱ་ཡིན་པས་ཆང་མས་
གཏུང་བུགས་བྲག་པོས་གསོལ་བ་འདེབས་རོགས་གནང་བ་ལུ།

གཞས་ཆེ་ག

ཀུན་མཁྱེན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོར། བོད་འབངས་གཅིག་བསྐྱེལ་ངང་ནས།
ལུས་ཀྱིས་མཆོད་པ་ཐུལ་བས། སྤྱི་ཆེ་ཞབས་པད་བརྟན་རོགས།
ཞི་བདེའི་དེད་དཔོན་མཆོག་ལ། གཞིས་བྱེས་མཉམ་འབྲེལ་བྱས་ནས།
ངག་གིས་བསྟོད་དབངས་འབུལ་བས། སྤྱི་ཆེ་ཞབས་པད་བརྟན་རོགས།

སྤྱན་རས་གཟིགས་སྤྱི་ཆེ་ཞབས་པད་བརྟན་རོགས།
རྩ་མིའི་རྣམ་འདྲེན་མཆོག་ལ། བོད་མི་རྩམ་ཟན་ཡོངས་ནས།
ཡིད་ཀྱི་སྒྲིན་ལམ་འདེབས་སོ། སྤྱི་ཆེ་ཞབས་པད་བརྟན་རོགས།
འབྲོ་བ་མེམས་ཅན་སྤྱི་དང་། ལྷག་པར་གངས་ཅན་བོད་མིའི།
སྤྱབས་གནས་མགོན་པོ་གང་ཉིད། སྤྱི་ཆེ་ཞབས་པད་བརྟན་རོགས།
དགྲུང་ལོ་དོན་གཉིས་ཕེབས་པར། བདག་ཅག་བོད་མི་ཡོངས་ནས།
གསོལ་བ་སྒྲིན་ལམ་བཏབ་པས། སྤྱི་ཆེ་ཞབས་པད་བརྟན་རོགས།

སྤྱན་རས་གཟིགས་སྤྱི་ཆེ་ཞབས་པད་བརྟན་རོགས།
གཞས་ཆེ་ག བུ་ཆུང་རྒྱུ་མ་ར་བསོད་ནམས།
གཞས་གདངས། ཁྱོད་པ་བསྐྱེད་འཛིན་ཆེ་གྲུབ།

གཙང་གམ་པའི་གཞས་དབྱངས་ཅན་རྩ་མིའི་ཕྱག་སྟན།

༄༅། །དེ་ཡང་གཙང་ལྗོངས་གམ་པ་རྫོང་ཁོངས་སུ་གཡས་རུ། གཡེན་རུ།
གུང་རུ། འབྲོག་བྱ་སྒྲང་བཅས་ལུང་པ་ཁག་བཞི་ཡོད་པ་ལས་ད་རེས་རྫོན་པ་རུ་

ཁག་ནས་གཟིགས་འབྲུལ་ཞུ་རྒྱུ་ལྟེན་གཞན་འདི་ནི་འབྲོག་བྱ་སྒང་ཞེས་པའི་ལུང་
 པའི་གཞན་གྱི་གཡིན། ལུང་པ་དེར་གྲིམ་ཆང་བརྒྱ་ཕྱག་གཅིག་ཙམ་ཡོད་ལ་མི་
 འཁོར་ཡང་ཆེག་སྒོང་རྩྭ་གཙམ་ཟིན་གྱི་ཡོད་པའི་ས་མ་འབྲོག་གི་ལུང་པ་འདོད་
 རྒྱུ་སྦྱིད་ཅིང་དུས་བཞི་འདོད་ཀྱི་འཛོམས་པོ་ཡོད་པ་ཡིན། ཡུལ་པ་ཆོས་ཞོག་
 རྒྱ་ལངས་དང་དགོང་ཕྱི་ཉལ་གྱིས་ལས་ལ་བརྩོན་བཞིན་དུ་དམ་པའི་ཆོས་ལའང་
 དད་ཞེན་ཆད་མེད་ཡོད་གཤེས་ཆེས་བཟང་དུས་བཟང་སྐབས་སུ་མི་མང་འདུ་
 འཛོམས་གྱི་དཀར་པོ་དགེ་བའི་ལས་ལ་བརྩོན་པ་མ་ཟད། བྱོ་སྒྲུ་གཞན་ལ་སོགས་
 པའི་ཡུལ་སློལ་གོམ་གཤེས་ལའང་དགའ་ཞེན་ཆེ་བས་ལུང་པ་དེར་གནང་རབས་
 གྱི་རིག་གཞུང་སྤྱག་པོ་ཡོད་གཤེས་ད་རྩྭ་གཟིགས་འབྲུལ་ཞུ་རྒྱུ་ལྟེན་གཞན་འདི་ཡང་
 བག་སྒྲོན་དང་། མི་མང་འདུ་འཛོམས་ཆེ་བས་སོགས་ལ་འབྲུབ་སློལ་ཡོད་པ་ལགས་
 ན་སྐྱེ་མཁྱོན་རྩྭ་གཙམ་ནས་དེ་རྩྭ་ཐུགས་སུ་མངའ་བ་ཞུ།

གཞན་ཆེ་ག

བཙོས་ནི་འབྲུལ་བཙོས་ཡོད། ངའི་བསོད་ནམས་སྦྱིད་འཛོམས།
 བརྒྱར་ཁ་ཕབས་གྱིས་བཏང་ཡོད།
 གར་ཕྱོགས་འདི་ན་འཛོམས་ལ། བཟང་དུག་རུ་བཞུགས་པའི་ལ།
 གར་གྱི་ཆོང་འདུས་ཕག་རི། འབྲུ་སྒྲུ་འཛོམས་པ་ང་ཆོ་ཡག་བྱང་།
 བྱང་ཐང་ཞབས་ཕྱག ང་ཆོ་ཡག་རང་ཡག་བྱང་།
 ར་ཅེ་ཨ་ཡོང་ཡག་རང་ཡག་བྱང་། ང་ཆོ་ཡག་རང་ཡག་བྱང་།
 རྩྭ་ཕྱོགས་གིང་སྒྲུ་འཛོམས་པ། འཛོམས་འཛོམས་རུ་བཞུགས་པའི་

མྱོ་ཡི་ཤིང་ཆེན་སྟག་པ། ཤིང་སྒྲ་འཛོམས་པ་ཡག་རང་ཡག་བྱང་།
སྒྲ་ཤིང་རྩི་མཆོག་ང་ཆོར་ཞིམ་རང་ཞིམ་བྱང་།

གདངས་འགྱུར།

མཆོད་ཆང་མངར་མེའི་གསོཔ་གསོཔ། ངའི་བསོད་ནམས་སྦྱིད་འཛོམས།
མངར་མེའི་སྒྲ་བ་ཤྱག་ཤྱག
ཕྱག་སྟན་ཆུང་ལ་སྟན་པ། དབངས་ཅན་སྒྲ་མེའི་ཕྱག་སྟན།
སྟན་པ་ག་ནས་བཏང་ཁྱང་། དྲན་པ་ཆོས་ལས་མེན་འདྲག
བྱང་ཐང་སྟས་དར་བྱ་བཞི། གཡང་དཀར་མ་མོས་བཙུགས་ཤིག
མ་མོ་སྦྱིད་ཉལ་རྒྱག་ས། བྱང་ཐང་སྟས་རྩ་བྱ་བཞི།

གདངས་འགྱུར།

ཕྱག་གཡས་ལ་བཀྱིས་མདའ་དར་བརྒྱམས། བཀྱིས་མདའ་དར་བཀྱ་ལ་ཤིས་པ་ཤིག
ཕྱག་གཡོན་ལ་ཆོད་བང་བུམ་པ་བརྒྱམས། ཆོད་བང་བུམ་པ་གཡང་དུ་ཆགས་པ་ཤིག
བཀྱ་ཤིས་དེ་ལོ་དགའ་ལ་དུས་སང་སྦྱིད་ལ། ཅམ་ཞག་རྒྱན་དུ་སྦྱིད་པའི་བཀྱིས་ཤིག
སྦོཔ་སྟོན་པ། གླང་པ་བདེ་སྦྱིད་ཕུན་ཆོག་ས། སྦྱིས་ལོ་ ༥༠
 བུ་རྩེ་པ་རིན་ཆེན། སྦྱིས་ལོ་ ༩༩
འབྲེལ་བྱེད་པ། ཁྱོ་པ་པརྒྱ་བརྟན་འཛིན། ཁྱོ་པ་བརྟན་འཛིན་འོད་འབུམ།

མཉམ་གཞས་ལུ་ལ་རས་རྒྱང་།

༡༡། ཉེ་ཡང་ད་ལྟ་གཟིགས་འདུལ་ལྷ་རྒྱུའི་མངའ་ཅིས་ཁ་རག་གི་མཉམ་གཞས་སུ་ལ་རས་ཚུང་ཞེས་པ་དེ་ནི་མངའ་ཅིས་གུ་གེ་རྩ་ཕྱེང་རྫོང་ཁོངས་སུ་དར་བྱུང་གིན་དུ་ཆེ་བ་མ་ཟད་གཞས་དེར་ལོ་ངོ་བཅུ་དྲུག་དུ་མའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་ཡིན། གཞས་ཆོག་ལའང་ལུང་པའི་མཛེས་སྤྲུག་དང་། མཚན་ལྡན་མ་ལ། མགོ་འདྲེན་དཔོན་པོ་སོགས་ལ་བསྟོད་པ་དང་། གྲུས་བརྩི་མཚོན་པའི་དབངས་ཀྱི་དེ་ལ་སྟོན་ནས་དང་གནའ་རབས་ཀྱི་རོལ་མོ་རྟོད་པོ་དྲེད་པ་དེ་མངའ་ཅིས་ཁ་རག་བྲལ་གྱི་དམིགས་བསལ་བྱང་ཆོས་རྟོན་པ་ལགས་ན་སྤྱ་མགོན་རྩན་རྒྱས་ཀྱི་བྱགས་སུ་མངའ་བ་ལ།

གཞན་ཆེ་ག

སྤུ་ལ་རས་ཁྱུང་མི་འགྲོ་སྤུ་ལ་རས་ཁྱུང་འགྲོ།
 སྤུ་ལ་རས་ཁྱུང་དགྲང་སྡོན་མཐོན་པོའི་སྤྱིགས་སུ་འགྲོ།
 དགྲང་སྡོན་མཐོན་པོའི་སྤྱིད་སྤྱག་བཟང་རུ་འགྲོ།
 ཉི་ཟླ་སྐར་གསུམ་སྤྱིད་སྤྱག་བཟང་རུ་འགྲོ།
 ཨོ་བཟང་མ་ཉི་བརྒྱའི་རྩེ་
 བདག་ལ་རང་ཅིག་ཡོད་ཟེར་བཟང་པོ་མཆིན།
 སྤྱིད་ཅིག་ཡོད་ན་ལ་འདམ་སྒོར་དུ་འགྲོ།
 སྤྱག་ཅིག་ཡོད་ན་ལ་འདམ་གསེལ་དུ་འགྲོ།
 སྤུ་ལ་རས་ཁྱུང་མི་འགྲོ་སྤུ་ལ་རས་ཁྱུང་འགྲོ།
 སྤུ་ལ་རས་ཁྱུང་གངས་སྡོད་མཐོན་པོའི་སྤྱིགས་སུ་འགྲོ།

གངས་ལྷོད་མཐོན་པོའི་སྐྱོད་སྐྱུག་བརྩ་རུ་འགྲོ།
 དར་མེང་དགར་མོའི་སྐྱོད་སྐྱུག་བརྩ་རུ་འགྲོ།
 ལོ་བཟང་མ་ཁི་པ་རྒྱའི་རྩྭ་
 བདག་ལ་རང་ཅིག་ཡོད་ཟེར་བཟང་པོ་མཁུན།
 སྐྱོད་ཅིག་ཡོད་ན་ལ་འཇམ་སྒོར་རུ་འགྲོ།
 སྐྱུག་ཅིག་ཡོད་ན་ལ་འཇམ་གསོལ་རུ་འགྲོ།
 སུ་ལ་རས་ཚུང་མི་འགྲོ་སུ་ལ་རས་ཚུང་འགྲོ།
 སུ་ལ་རས་ཚུང་དགོན་ཚུང་མཐོན་པོའི་སྐྱོགས་སུ་འགྲོ།
 དགོན་ཚུང་མཐོན་པོའི་སྐྱོད་སྐྱུག་བརྩ་རུ་འགྲོ།
 རྩ་མ་བཟང་པོའི་སྐྱོད་སྐྱུག་བརྩ་རུ་འགྲོ།
 ལོ་བཟང་མ་ཁི་པ་རྒྱའི་རྩྭ་
 བདག་ལ་རང་ཅིག་ཡོད་ཟེར་བཟང་པོ་མཁུན།
 སྐྱོད་ཅིག་ཡོད་ན་ལ་འཇམ་སྒོར་རུ་འགྲོ།
 སྐྱུག་ཅིག་ཡོད་ན་ལ་འཇམ་གསོལ་རུ་འགྲོ།

གདངས་འགྱུར།

འཛོམས་པ་ལ་དགའ་བུང་། འཛོམས་པ་ལ་སྐྱོད་བུང་།
 དགྲུང་སྒོན་མཐོན་པོ་དེ་ལ། འཛོམས་པ་ལ་དགའ་བུང་། འཛོམས་པ་ལ་སྐྱོད་བུང་།
 སྤྲིན་གྱི་རིས་མོ་ཡག་བུང་། སྤྲིན་གྱི་རིས་མོ་ཡག་བུང་།
 དགྲུང་གི་ཉི་ཟླ་གཉིས་པོ་དེ་ལ། སྤྲིན་གྱི་རིས་མོ་ཡག་བུང་།

འཛོམས་པ་ལ་དགའ་བྱུང་། འཛོམས་པ་ལ་སྐྱིད་བྱུང་།
 གངས་སྟོང་མཐོན་པོ་དེ་ལ། འཛོམས་པ་ལ་དགའ་བྱུང་། འཛོམས་པ་ལ་སྐྱིད་བྱུང་།
 རྒྱུ་རིས་མོ་ཡག་བྱུང་། རྒྱུ་རིས་མོ་ཡག་བྱུང་།
 གངས་དེ་རུ་དར་སེང་དགར་མོ་དེ་ལ། རྒྱུ་རིས་མོ་ཡག་བྱུང་།
 འཛོམས་པ་ལ་དགའ་བྱུང་། འཛོམས་པ་ལ་སྐྱིད་བྱུང་།
 དགོན་རྒྱུང་མཐོན་པོ་དེ་ལ། འཛོམས་པ་ལ་དགའ་བྱུང་། འཛོམས་པ་ལ་སྐྱིད་བྱུང་།
 ཆོས་ཀྱི་རིས་མོ་ཡག་བྱུང་། ཆོས་ཀྱི་རིས་མོ་ཡག་བྱུང་།
 དགོན་དེ་རུ་ཡར་འདྲན་ཐོ་མ་དེ་ལ། ཆོས་ཀྱི་རིས་མོ་ཡག་བྱུང་།

གདངས་འགྲུ་ར།

འབྲུལ་ལོ་ལེགས་མོ་མ་སྤྲིན། འབྲུལ་ལོ་ལེགས་མོ་སྤྲིན།
 འབྲུལ་ལོ་ལེགས་མོ་སྟོང་ཕྱོགས། ལྷ་ཡི་ཡུལ་ལ་སྤྲིན།
 ལྷ་ཡི་དབང་པོ་བརྒྱ་བྱིན། འབྲུལ་ལོ་ལེགས་ལ་གཟེགས་དང་།
 འབྲུལ་ལོ་ལེགས་ལ་མཉེས་ཟེར་ན། འབྲུལ་ལོ་ས་ཞབས་སྤྱི་ཞུས་ཆོག
 འབྲུལ་ལོ་ལེགས་ལ་མ་མཉེས་ཟེར་ན། འབྲུལ་ལོ་དཀོངས་པ་ཞུས་ཆོག
 གཡས་ཀྱི་མདའ་མོ་བཏང་ཟེར་ན། ཨི་འདྲ་མ་གཅིག་བཏང་ཡོད།
 གཡོན་གྱིས་གཞུ་མོ་བཀུག་ཟེར་ན། ཨི་འདྲ་མ་གཅིག་བཀུག་ཡོད།
 རྩོལ་སྟོན་པ། ལ་རག་སྟན་པ་ཆེ་འིང་། ཆན་སྟེན་པ་ཟེར་དབང་འདུད།
 ཆན་བསོད་ནམས་སྟོབས་རྒྱས།
 འབྲུལ་བྱེད་པ། གྲོ་པ་བརྒྱ་བརྟན་འཛིན། གྲོ་པ་བརྟན་འཛིན་འོད་འབུམ།

མདོ་སྨད་ཅེད་རིགས།

༡༡། ཅེད་རིགས་ཞེས་པའི་འབྲུག་སྒོ་ནི་མདོ་སྨད་ཁྲུ་ཏུ་དར་ཁུ་
 བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་ཅིང་། རྒྱག་པར་དུ་མཆོ་སྒོ་ནི་དང་ཐ་བྱང་ཁྲུ་ཏུ་དར་ཁུ་
 ཞིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན། ཅེད་རིགས་དེར་རོལ་མོའི་རམ་དགོལ་གྱི་སྒྲན་
 འཛིབས་ལྡན་པའི་འགྱུར་ཁྲུགས་ཀྱིས་དབྱངས་ཀྱི་ར་ལ་བསྒྲིན་ནས་ལུས་ངག་ཡིད་
 གསུམ་གྱི་རྣམ་འགྱུར་གསལ་པོར་སྒོ་ནི་པའི་སྒོ་ནས་ཤེ་མོའི་དབར་གྱི་རིག་ཅུལ་
 འགྲན་ཏེ་ལུས་ཀྱི་བྱེན་གོས་ལའང་བགད་པ་རྒྱག་སྒོལ་ཡོད་པའི་དམངས་འཁྲོད་
 ཀྱི་རིག་ཅུལ་ཁྲུད་པར་ཅན་ཞིག་ཡིན་པས་སྒྱུ་མཁོན་རྩོན་རྒྱས་ཀྱིས་བྱགས་ལ་མངའ་བ་ཞུ།

གཞས་ཆིག

མོའོ། རེ་མགོ་མཐོ་ལ་ཁ་བ་བབས་ཀྱང་། ང་རང་སེམས་པ་སྐྱོ་བྱུང་།
 རྩོའང་མ་ཉི་མས་བསུ་བ་གནང་སྟེ། སེམས་པ་སྐྱོ་དགོས་མིན་འདུག
 ལ་མགོ་མཐོ་ལ་ལམ་ཐག་རིང་བས། ང་རང་སེམས་པ་སྐྱོ་བྱུང་།
 རྒྱག་ཆུང་དེ་ཡིས་བསུ་བ་གནང་སྟེ། སེམས་པ་སྐྱོ་དགོས་མིན་འདུག
 ཐང་ཆེན་ཆེ་ལ་ཐང་རྒྱ་ཡངས་བས། ང་རང་སེམས་པ་སྐྱོ་བྱུང་།
 འདོ་བ་རྟ་ཐོས་བསུ་བ་གནང་སྟེ། སེམས་པ་སྐྱོ་དགོས་མིན་འདུག

གདངས་འགྱུར།

ཨ་ཅེ། ཨ་ཁུ་ཆོང་གི་གསར་བུ་ཆོ་ལྟོས། གསར་བུ་ཆོ་ལྟོས།
 དགའ་ཅི་ཞུ་མོ་ཅི་གྲོན་ནས་འགྲོ། མ་དགའ་ཅི་ཞུ་མོ་འདི་གྲོན་ནས་འགྲོ།

འདི་གྲོན་ནས་འདུག་མོང་ནས་འགྲོ།
 ཨ་ཅེ། ཨ་ཁུ་ཆོང་གི་གསར་མོ་ཆོ་ལ་ལྟོས། གསར་མོ་ཆོ་ལྟོས།
 དག་འཕྱི་ཕུ་པ་ཅི་གྲོན་ནས་འགྲོ། མ་དག་འཕྱི་ཕུ་པ་འདི་གྲོན་ནས་འགྲོ།
 འདི་གྲོན་ནས་འདུག་མོང་ནས་འགྲོ།
 ཨ་ཅེ། ཨ་ཁུ་ཆོང་གི་གསར་པུ་ཆོ་ལྟོས། གསར་པུ་ཆོ་ལྟོས།
 དག་འཕྱི་གི་རྒྱང་ཅི་བཏགས་ནས་འགྲོ།
 མ་དག་འཕྱི་གི་རྒྱང་འདི་བཏགས་ནས་འགྲོ།
 འདི་བཏགས་ནས་འདུག་མོང་ནས་འགྲོ།
 ཨ་ཅེ། ཨ་ཁུ་ཆོང་གི་གསར་མོ་ཆོ་ལ་ལྟོས། གསར་མོ་ཆོ་ལྟོས།
 དག་འཕྱི་ཁྱིང་ཁ་ཅི་བྲེག་ནས་འགྲོ། མ་དག་འཕྱི་ཁྱིང་ཁ་འདི་བྲེག་ནས་འགྲོ།
 འདི་བྲེག་ནས་འདུག་མོང་ནས་འགྲོ།

གདངས་འགྲུར།

བཀྲ་ཤིས་ རྟེ་རིང་བཀྲ་ཤིས་ཉིན་མོ་ལ་བཀྲ་ཤིས།
 བཀྲ་ཤིས་ གནམ་ལ་སྐར་མ་བཟང་བའི་བཀྲ་ཤིས།
 བཀྲ་ཤིས་ སྐྱགས་ལ་འཕེལ་ཀ་རྒྱས་པའི་བཀྲ་ཤིས།
 བཀྲ་ཤིས་ མི་ལ་ཆེ་ཐག་རིང་བའི་བཀྲ་ཤིས།
 བཀྲ་ཤིས་ བདེ་སྲིད་སྲུན་སྲུམ་ཆོགས་པའི་བཀྲ་ཤིས།
 རྩོམ་རྩོན་པ། མཆོ་རྩོན་རྩོ་གྲོས་པ་སངས། རྩོས་ལོ་ ༡༡
 མཆོ་རྩོན་བསོད་ནམས་རྩོལ་མ། རྩོས་ལོ་ ༡༠
 འཕེལ་བྲེད་པ། གྲོ་པ་བརྒྱ་བརྟན་འཛིན། གྲོ་པ་བརྟན་འཛིན་འོད་འབུམ།



Tibetan Institute of Performing Arts [TIPA]

P.O. Mcleod Ganj Kangra District
Dharamsala 176219 [H.P.] I N D I A

Tel: +91-1892-221478/220587

Fax: +91-1892-221033

Email: tipadma@sancharnet.in

tipadhasa@hotmail.com

Website: www.tibetanarts.org

